NOTICE DE MONTAGE A CONSERVER

Veuillez suivre scrupuleusement les instructions de montage qui vous sont détaillées dans cette notice

La présence de 2 personnes minimum est recommandée pour le montage de cet appareil

www.moovyoo.fr
Retrouvez notre gamme sur notre site internet et chez nos revendeurs Fitness Boutique !

PIRANHA

SMITH MACHINE

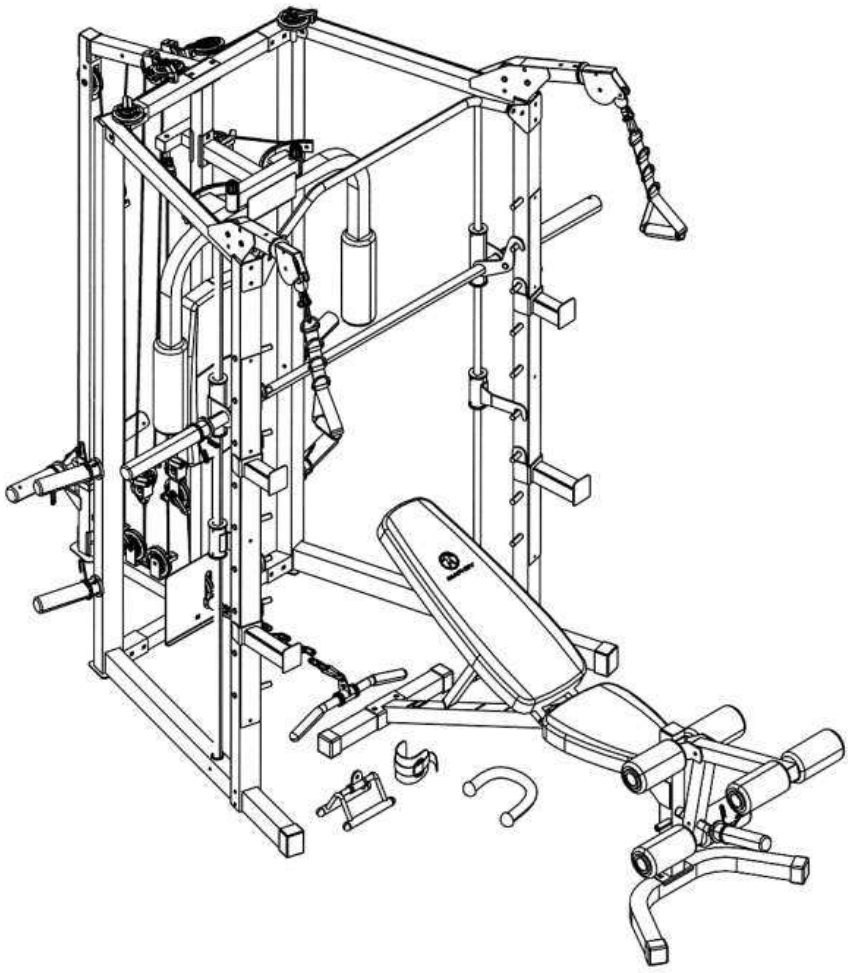


TABLE DES MATIÈRES

AVANT DE COMMENCER..... 2
CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES..... 3
KIT DU MATÉRIEL DE LA SMITH MACHINE ….... 6
INSTRUCTIONS DE MONTAGE DE LA SMITH MACHINE..... 10
VUE ÉCLATÉE…… 28
LISTE DES PIÈCES DE LA SMITH MACHINE …… 29
KIT DU MATÉRIEL POUR LE BANC MULTI-FONCTIONS…… 31
INSTRUCTIONS DE MONTAGE DU BANC MULTI-FONCTIONS..... 33
VUE ÉCLATÉE…… 37
LISTE DES PIÈCES DU BANC MULTI-FONCTIONS…… 38
TABLE DE RÉSISTANCE DE POIDS…….. 39
GARANTIE / COMMANDE DES PIÈCES..... 39

AVANT DE COMMENCER

Merci d’avoir choisi la Smith Machine Piranha MOOVYOO. Pour votre sécurité et dans votre intérêt, veuillez lire ce manuel attentivement avant d'utiliser l’appareil.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

PRÉCAUTIONS

Cet appareil de musculation a été conçu pour assurer une sécurité maximale. Cependant, certaines précautions s'appliquent chaque fois que vous utilisez une pièce d'équipement. N'oubliez pas de lire le manuel dans son intégralité avant de monter ou de faire fonctionner votre appareil. En particulier, les consignes de sécurité suivantes:

1. **Toujours tenir les enfants et les animaux hors de portée de l'appareil. NE PAS laisser les enfants sans surveillance à proximité de l'appareil.**
2. L'appareil doit être utilisé par une seule personne à la fois.
3. Si vous ressentez une douleur ou si vous êtes pris de vertiges, de nausées ou tout autre symptôme anormal alors que vous faites de l'exercice, ARRETEZ-vous sur-le-champ. CONSULTEZ UN MÉDECIN IMMÉDIATEMENT.
4. Placez l'appareil sur une surface dégagée, plane. NE PAS utiliser l'appareil près de l'eau ou en extérieur.
5. Éloignez vos mains des pièces en mouvement.
6. Veillez à toujours porter des vêtements appropriés pendant l'entraînement. NE PAS porter de peignoirs ou autres vêtements qui pourraient être happés par l'appareil. Veuillez porter des chaussures de course ou de sport lors de l'utilisation de l'appareil.
7. Utilisez l'appareil uniquement pour son usage prévu, comme décrit dans ce manuel. NE PAS utiliser d'accessoires non recommandés par le fabricant.
8. Ne placez aucun objet pointu autour de l'appareil.
9. Les personnes handicapées ne doivent pas utiliser la machine sans une personne qualifiée ou leur médecin traitant.
10. Avant d'utiliser l'appareil, procédez à des exercices d'étirement pour vous échauffer correctement.
11. Ne jamais utiliser l'appareil s'il ne fonctionne pas correctement.
12. Nous vous recommandons d'être assisté d'un pareur pendant vos exercices.

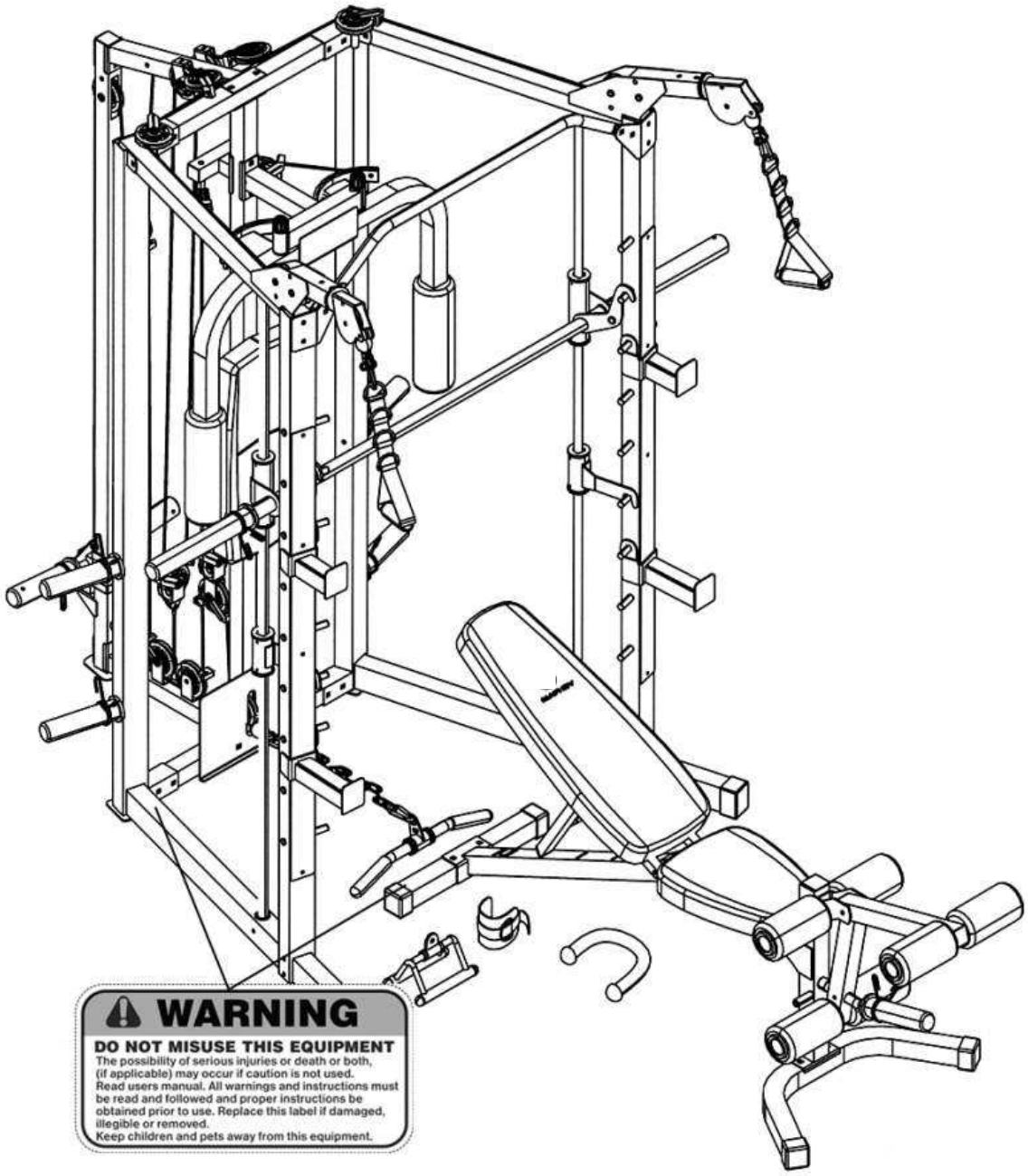
ENTRETIEN ET MAINTENANCE

1. Graissez régulièrement les pièces mobiles avec du WD-40 ou de l'huile légère.
2. Vérifiez et serrez toutes les pièces avant d'utiliser l'appareil.
3. L'appareil peut être nettoyé avec un chiffon humide et un détergeant doux et non abrasif. NE PAS utiliser de solvants.
4. Poids maximum de l'utilisateur:136 kg.
5. Poids maximum sur la barre de poids:136 kg.
6. Poids maximum sur le leg developer:45 kg.
7. Poids maximum sur barres transversales et latérales :90 kg.

AVERTISSEMENT: AVANT D'ENTREPRENDRE TOUT PROGRAMME D'EXERCICE, IL EST NÉCESSAIRE DE CONSULTER UN MÉDECIN. CELA EST PARTICULIÈREMENT IMPORTANT POUR LES PERSONNES DE PLUS DE 35 ANS OU AYANT EU DES PROBLÈMES DE SANTÉ AUPARAVANT. LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT UTILISATION. MOOVYOO DÉCLINE TOUTE RESPONSABILITÉ POUR TOUTE BLESSURE CORPORELLE OU DOMMAGE RESULTANT DE L'UTILISATION DE CE PRODUIT.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS.

APPOSITION DE l’ADHÉSIF AVERTISSEMENT


WARNING
DO NOT MISUSE THIS EQUIPMENT
The possibility of serious injuries or death or both, (if applicable) may occur if caution is not used.
Read users manual. All warnings and instructions must be read and followed and proper instructions be obtained prior to use. Replace this label if damaged, illegible or removed.
Keep children and pets away from this equipment.

Les adhésifs d'avertissement présentés ici ont été placés sur la base arrière, et le bâti-stabilisateur du banc arrière. Pour tout adhésif manquant ou illisible, veuillez contacter le service client et commander un adhésif de remplacement. Replacez l'adhésif sur le produit à l'endroit indiqué.

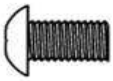
AVERTISSEMENT : une utilisation impropre de cet appareil peut entraîner des blessures graves, la mort, voire les deux (le cas échéant) faute de précautions.

Lisez le manuel d’utilisation et tous les avertissements avant d'utiliser cet appareil.

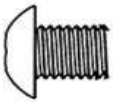
Remplacez l'adhésif s’il est abîmé, illisible ou s’il a été enlevé. Tenir à l'écart des enfants et des animaux domestiques.

KIT DU MATÉRIEL DE LA SMITH MACHINE PIRANHA

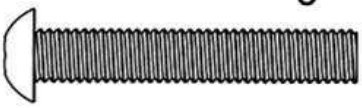
REMARQUE: Les pièces suivantes ne sont pas dessinées à l'échelle. Veuillez utiliser votre propre règle pour mesurer la taille.



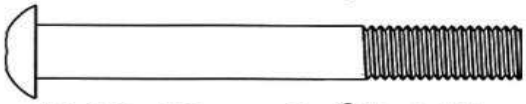
#58 M6 x $\frac{3}{8}$" Allen Bolt (Qty 2)



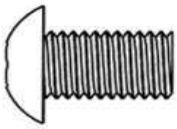
#101 M8 x $\frac{3}{8}$" Allen Bolt (Qty 8)



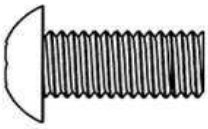
#102 M8 x 1 $\frac{5}{8}$" Allen Bolt (Qty 2)



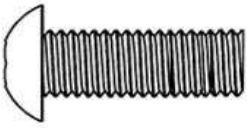
#103 M8 x 2 $\frac{3}{8}$" Allen Bolt (Qty 4)



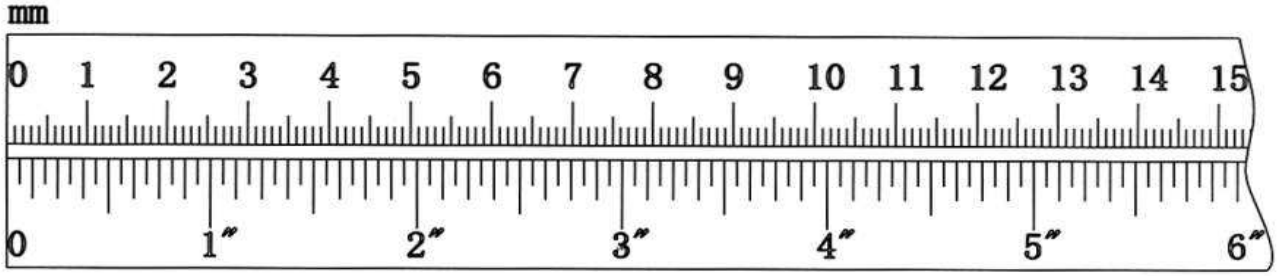
#87 M10 x $\frac{5}{8}$" Allen Bolt (Qty 4)



#90 M10 x $\frac{3}{4}$" Allen Bolt (Qty 15)

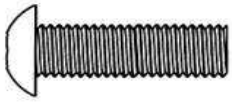


#91 M10 x 1" Allen Bolt (Qty 1)

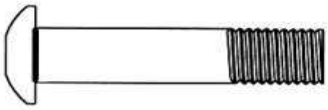


KIT DU MATÉRIEL DE LA SMITH MACHINE PIRANHA

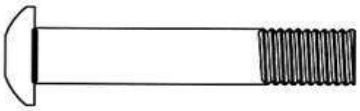
REMARQUE: Les pièces suivantes ne sont pas dessinées à l'échelle. Veuillez utiliser votre propre règle pour mesurer la taille.



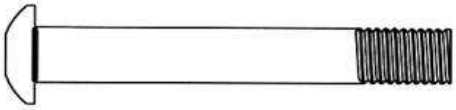
#92 M10 x 1 $\frac{1}{8}$" Allen Bolt (Qty 2)



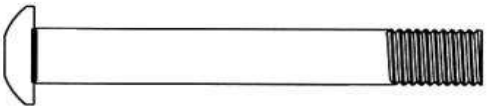
#93 M10 x 1 $\frac{3}{4}$" Allen Bolt (Qty 4)



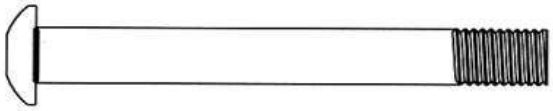
#94 M10 x 2" Allen Bolt (Qty 10)



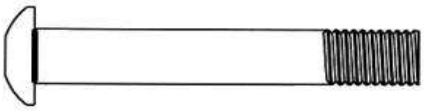
#95 M10 x 2 $\frac{1}{2}$" Allen Bolt (Qty 12)



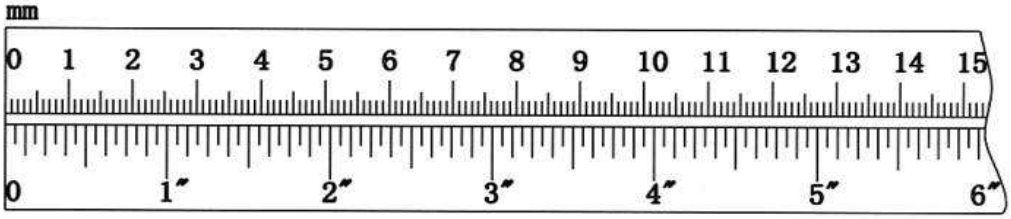
#97 M10 x 2 $\frac{3}{4}$" Allen Bolt (Qty 6)



#98 M10 x 3 $\frac{1}{8}$" Allen Bolt (Qty 4)

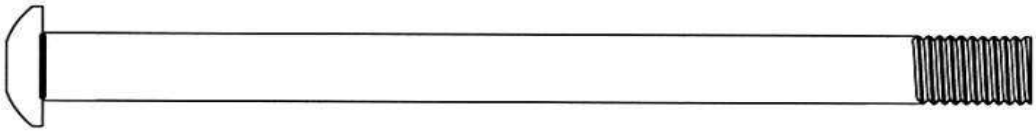


#118 M10 x 2 $\frac{3}{8}$" Allen Bolt (Qty 1)

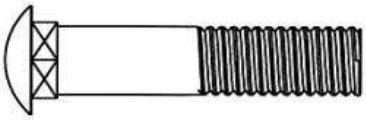


KIT DU MATÉRIEL DE LA SMITH MACHINE PIRANHA

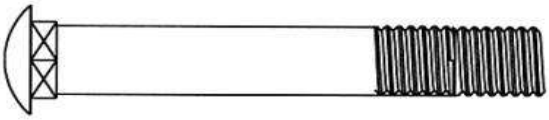
REMARQUE: Les pièces suivantes ne sont pas dessinées à l'échelle. Veuillez utiliser votre propre règle pour mesurer la taille.



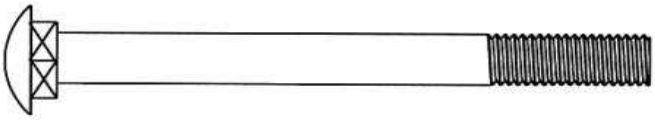
#99 M10 x 5" Allen Bolt (Qty 1)



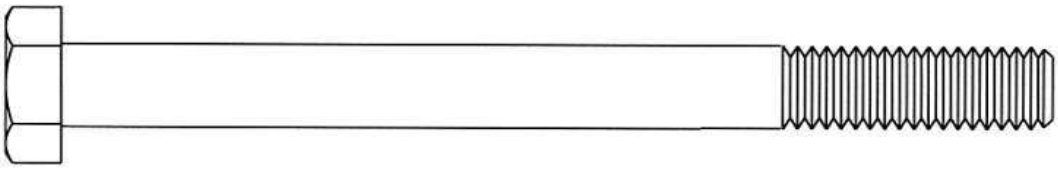
#86 M10 x 1 $\frac{5}{8}$" Carriage Bolt (Qty 4)



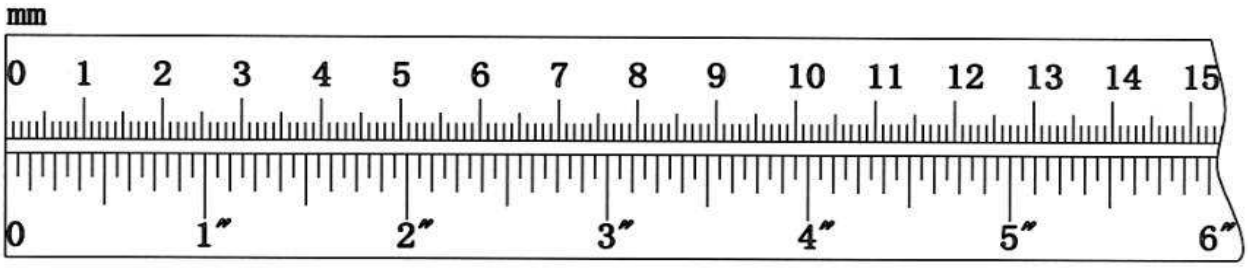
#88 M10 x 2 $\frac{1}{2}$" Carriage Bolt (Qty 8)



#89 M10 x 3" Carriage Bolt (Qty 2)



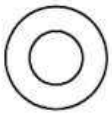
#100 M10 x 5" Hex Bolt (Qty 2)



KIT DU MATÉRIEL DE LA SMITH MACHINE PIRANHA

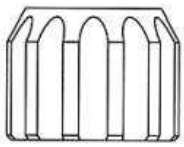
#110 M10 Aircraft Nut
(Qty 52)

#109 M8 Aircraft Nut
(Qty 4)

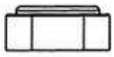


#107 Ø $\frac{3}{4}$" Washer
(Qty 104)

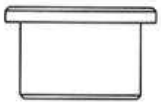
#106 Ø $\frac{5}{8}$" Washer
(Qty 18)



#35 Lock Ring
(Qty 2)

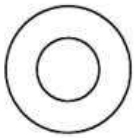


#111 M12 Aircraft Nut
(Qty 2)



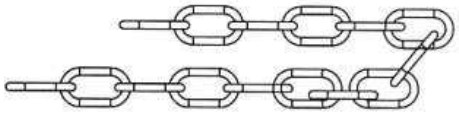
#57 Ø 1" x $\frac{1}{2}$"
Pulley Bushing (Qty 4)

#73 Hook
(Qty 4)



#108 Ø 1" Washer
(Qty 4)

#70 Spring Clip
(Qty 8)



#72 15-link Chain
(Qty 1)

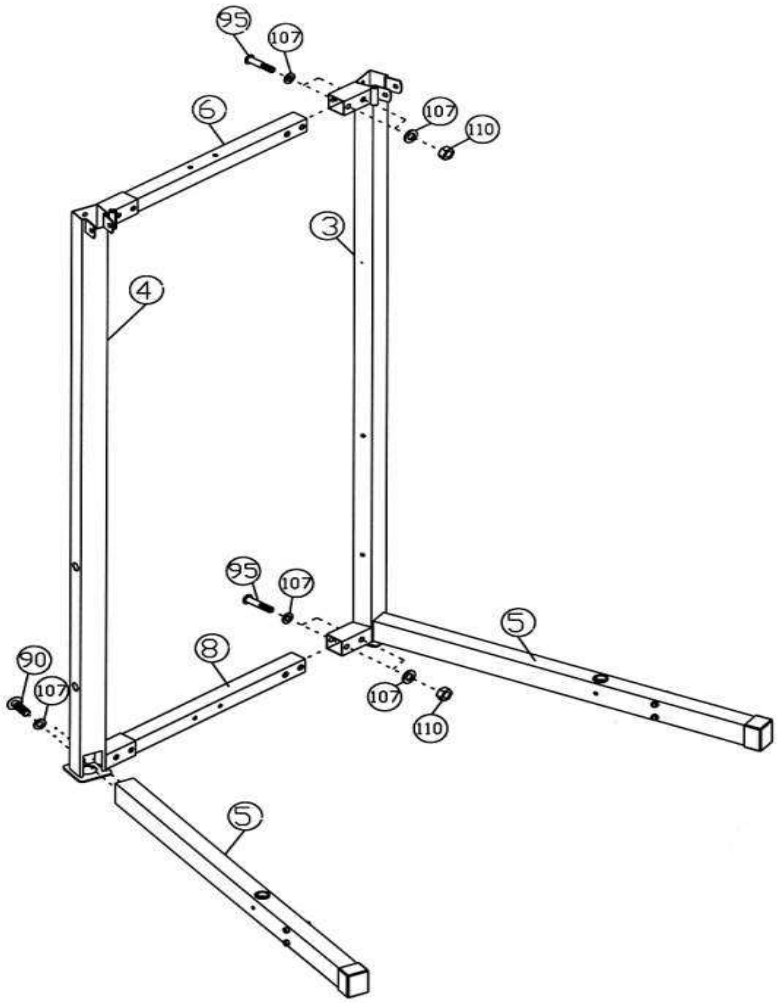
INSTRUCTIONS DE MONTAGE DE LA SMITH MACHINE PIRANHA

Outils nécessaires à l'assemblage de l'appareil: deux clés à molette et clés Allen.
REMARQUE: Il est fortement recommandé que deux ou plusieurs personnes montent cet appareil afin d'éviter d'éventuelles blessures.

ÉTAPE 1 (voir schéma 1)

A.) **Ne pas serrer les écrous et boulons avant d'en avoir reçu l'instruction.**
B.) Insérez un bâti-support (n°5) dans le bâti-support arrière vertical gauche (n°3). Fixez le avec deux boulons Allen M10 x 19.1 mm (n°90) et deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107).
C.) Répétez le point B pour installer l'autre bâti-support au bâti-support arrière vertical droit (n°4).
D.) Fixez le bâti-support arrière (n°8) au bâti-support arrière gauche et au vertical droit. Fixez chaque extrémité avec deux boulons Allen M10 x 2 12.7 mm (n°95), quatre rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et deux écrous hexagonaux M10 (n°110).
E.) Répétez le point D pour connecter le support de montage arrière supérieur (n°6) à l'arrière gauche et le bâti-support vertical droit.

SCHÉMA 1



ÉTAPE 2 (voir schéma 2)

A.) **Ne pas serrer les écrous et boulons avant d'en avoir reçu l'instruction.**

B.) Insérez une tige de guidage (n°24) dans le trou sur le bâti-support gauche (n°5). Fixez le avec un boulon Allen M8 x 2 3 /203 mm (n°103), deux rondelles Ø 5 /203 mm (n°106), et un écrou hexagonal M8 (n°109). Faites glisser la goupille inférieure gauche de sécurité (n°26) sur la tige de guidage, puis faites glisser une goupille de sécurité (n°25) sur la tige de guidage.

C.) Fixez le bâti-support avant gauche vertical (n°1) sur le bâti-support gauche. Fixez le avec deux boulons Allen M10 x 3 1/203 mm (n°98), quatre rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et deux écrous hexagonaux M10 (n°110).

D.) Attachez un bâti-support supérieur (n°7) à la tige de guidage, au bâti-support avant gauche vertical, et au bâti-support arrière vertical gauche (n°3).

E.) Fixez le bâti-support supérieur au bâti-support arrière vertical gauche d'un côté avec un boulon à tête ronde M10 x 2 x 12.7 mm (n°88), une rondelle Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110). Fixez-le à l'arrière avec un boulon Allen M10 x 5 / 203 mm (n°87) et une rondelle Ø 19.1 mm (n°107).

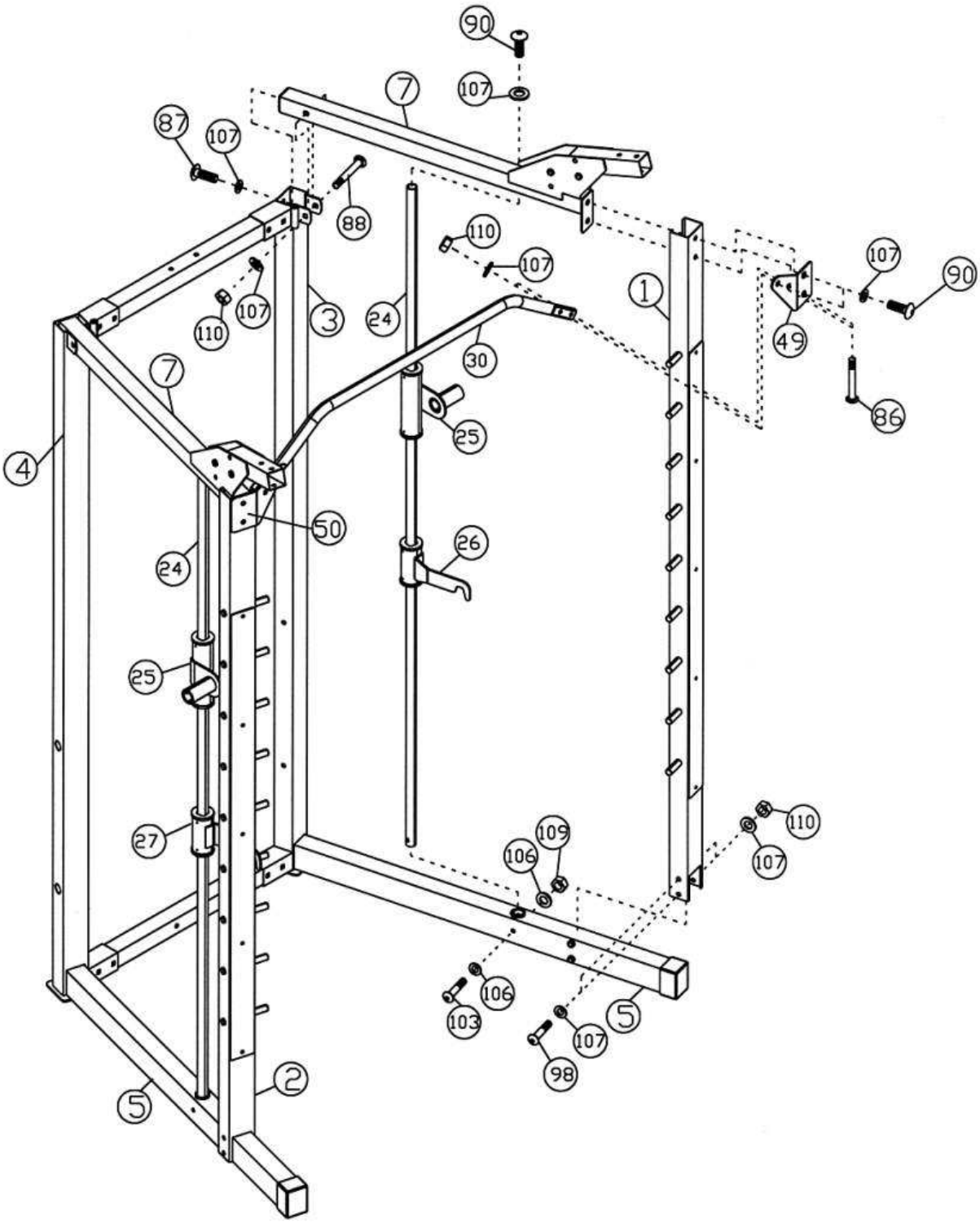
F.) Fixez le bâti-support supérieur à la tige de guidage avec un boulon Allen M10 x 19.1 mm (n°90), et une rondelle Ø 19.1 mm (n°107).

G.) Fixez le bâti-support supérieur au bâti-support avant vertical gauche avec le porte bidon gauche (n°49), deux boulons Allen M10 x 19.1 mm (n°90) et deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107).

H.) Répétez les points B à G ci-dessus pour installer l'autre côté.

I.) Attachez le tube de raccordement (n°30) aux pattes de fixation droite et gauche (n°49 & n°50). Fixez chaque extrémité du tube de raccordement avec deux boulons à tête ronde M10 x 1 5/203 mm (n°86), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et deux écrous hexagonaux M10 (n°110).

SCHÉMA 2


90
107
7
87
107
88
110
107
107
110
3
24
1
107
90
49
30
7
86
25
4
50
26
24
25
27
109
106
110
107
106
103
107
98
5
2
5

ÉTAPE 3 (voir schéma 3)

A.) **Ne pas serrer les écrous et boulons avant d'en avoir reçu l'instruction.**

B.) Fixez le bâti-support vertical du milieu (n°9) au support de montage arrière supérieur (n°6) et au bâti-support arrière (n°8).

C.) Fixez le support de poulie inférieure (n°16) au bâti-support vertical du milieu à l'arrière. Fixez la butée (n°32) au bâti-support vertical du milieu à l'avant. Fixez-les avec deux boulons à tête ronde M10 x 76.2 mm (n°89), deux boulons à tête ronde Ø 19.1 mm (n°107), et deux écrous hexagonaux M10 (n°110).

D.) Fixez le support de glissement des poids (n°17) au support de poulie inférieure arrière. Fixez le trou du haut avec un support 3 1/203 mm x 1 19.1 mm (n°36), un boulon à tête ronde M10 x 2 12.7 mm (n°88), une rondelle Ø 19.1 mm (n°107), un écrou hexagonal M10 (n°110). Fixez le trou inférieur avec un boulon Allen M10 x 2 12.7 mm (n°95) et une rondelle Ø 19.1 mm (n°107).

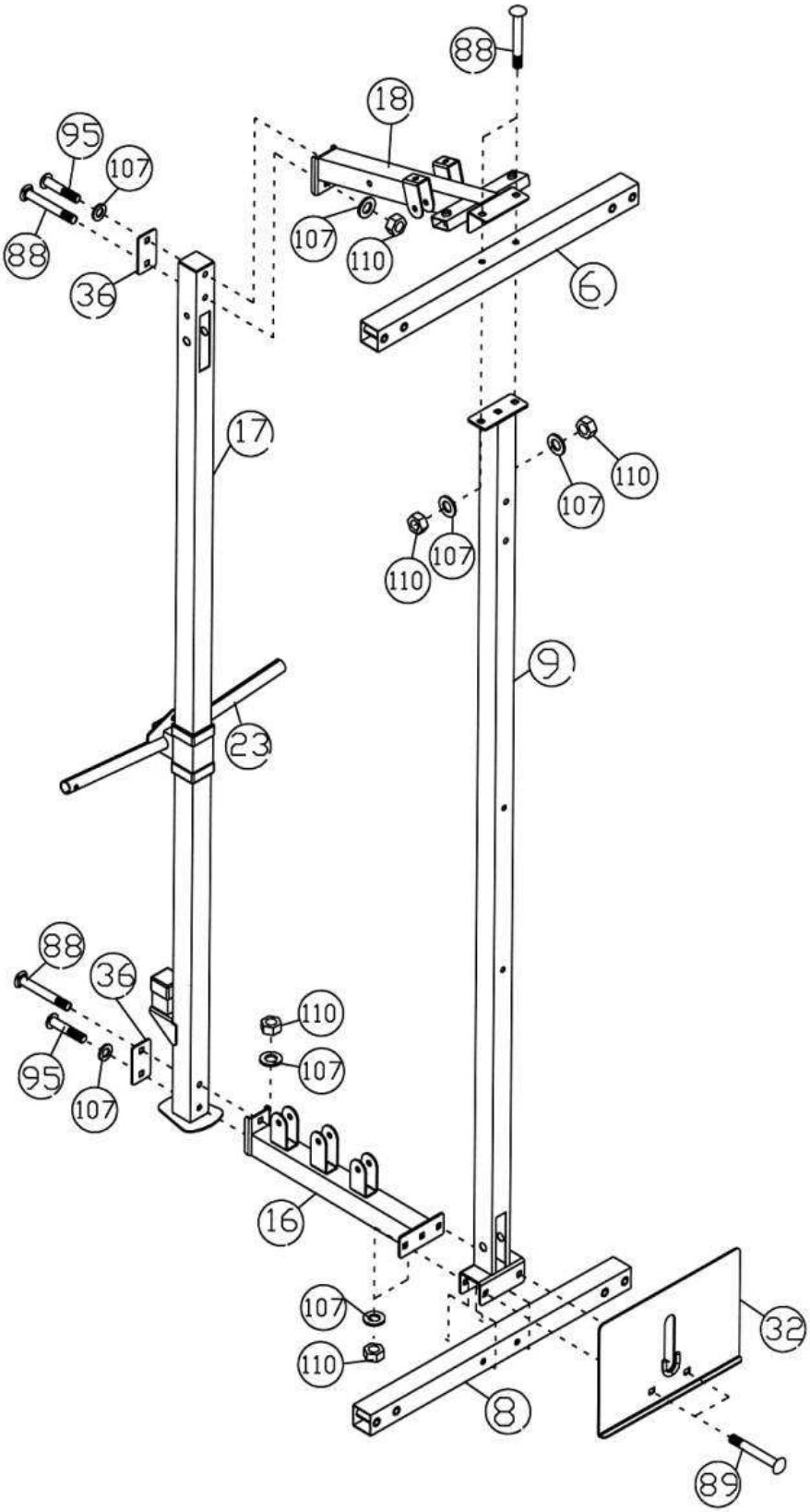
E.) **Insérez la tige de glissement des poids (n°23) le support de glissement des poids haut. Assurez-vous que le support triangulaire de la tige de glissement des poids est orienté vers le haut.**

F.) Fixez le bâti-support arrière supérieur (n°18) au support de glissement des poids. Fixez le trou inférieur avec un support 3 1 /203 mm x 1 19.1 mm (n°36), un boulon à tête ronde M10 x 2 12.7 mm (n°88), une rondelle Ø 19.1 mm (n°107), un écrou hexagonal M10 (n°110). Fixez le trou du haut avec un boulon Allen M10 x 2 12.7 mm (n°95) et une rondelle Ø 19.1 mm (n°107).

G.) Fixez le bâti-support arrière supérieur au support de montage arrière supérieur (n°6). Fixez ensemble le bâti-support arrière supérieur, le support de montage arrière supérieur, et le bâti-support vertical du milieu avec deux boulons à tête ronde M10 x 2 12.7 mm (n°88), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et deux écrous hexagonaux M10 (n°110).

H.) **Bien serrez tous les écrous et boulons installés aux étapes 1, 2, et 3.**

SCHÉMA 3


88
18
95
107
88
36
107
110
6
17
110
107
110
107
9
23
88
36
110
95
107
107
16
107
110
32
8
89

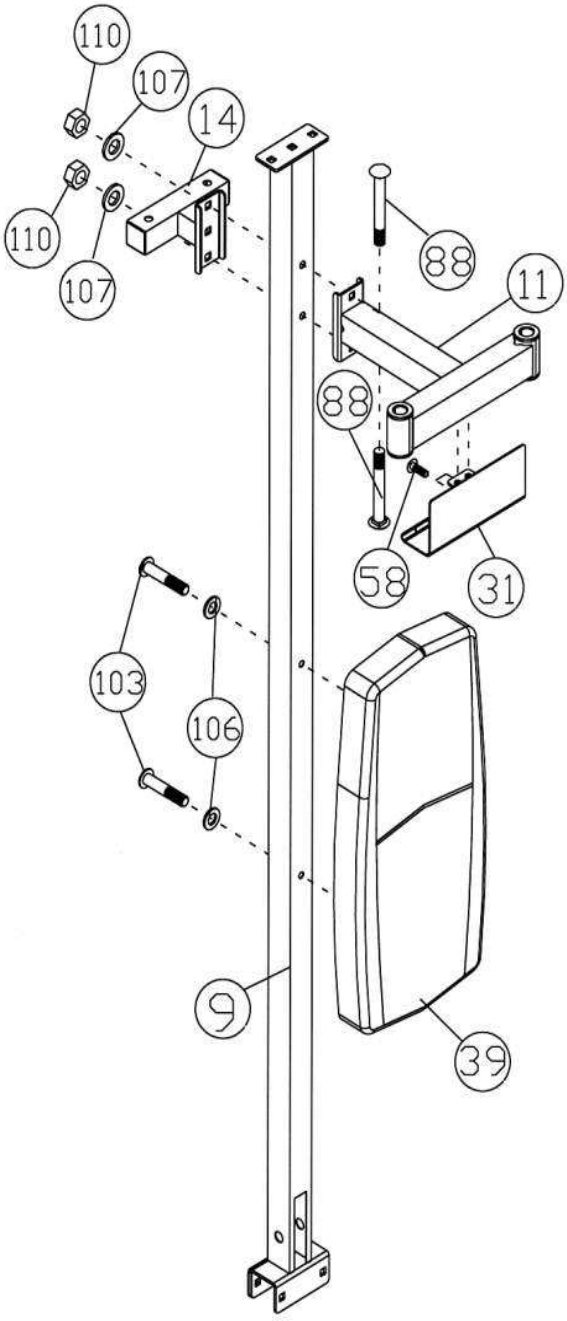
ÉTAPE 4 (voir schéma 4)

A.) Fixez le socle butterfly (n°11) à l'avant du bâti-support vertical du milieu (n°9). Fixez le support poulie butterfly (n°14) au bâti vertical du milieu. Fixez-les avec deux boulons à tête ronde M10 x 2 12.7 mm (n°88), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et deux écrous hexagonaux M10 (n°110).

B.) Fixez le support de sécurité butterfly (n°31) à la base butterfly. Fixez-le avec deux boulons Allen M6 x 3 /203 mm (n°58).

C.) Fixez le dossier (n°39) au bâti vertical du milieu. Fixez-le avec deux boulons Allen M8 x 2 3/203 mm (n°103) et deux rondelles Ø 5 /203 mm (n°106).

SCHÉMA 4

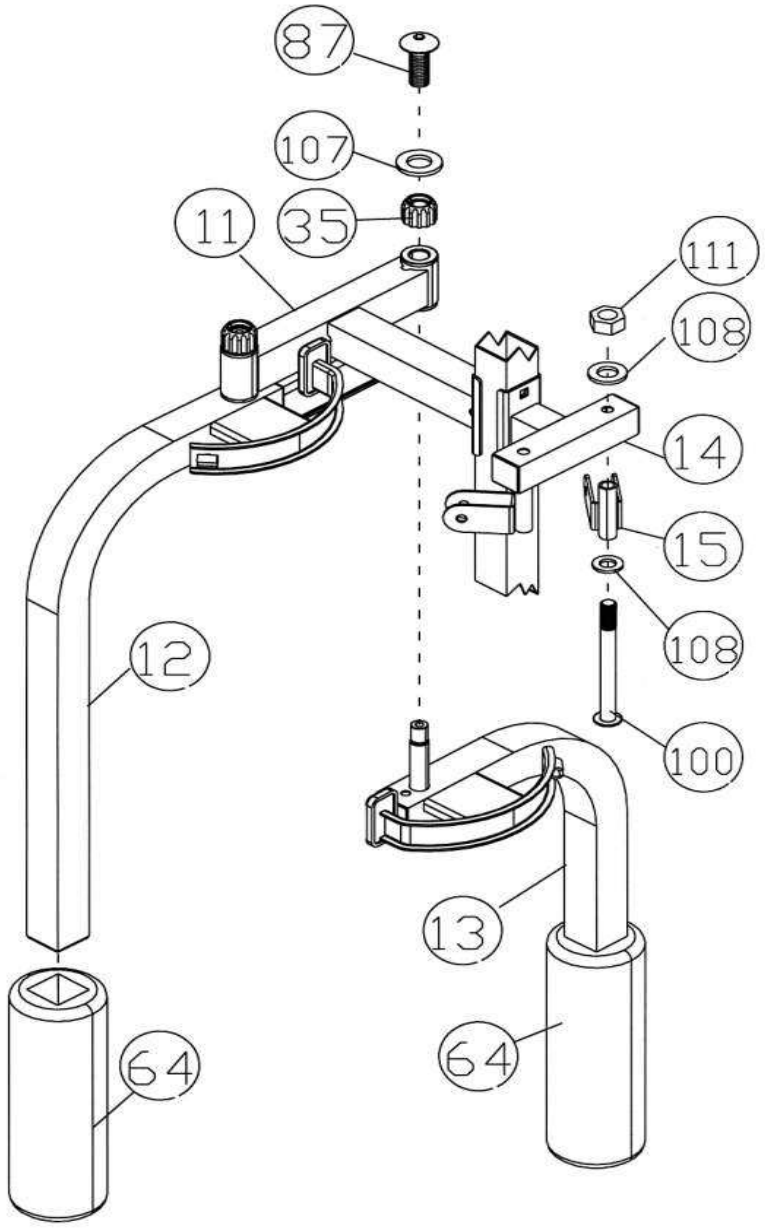


ÉTAPE 5 (voir SCHÉMA 5)

A.) Insérez le pivot du bras butterfly droit (n°13) dans le trou sur la base butterfly inférieure. Fixez-le avec un collier de serrage (n°35), une rondelle Ø 19.1 mm (n°107), et un boulon Allen M10 x 5 / 203 mm (n°87). Poussez le rouleau en mousse du bras butterfly (n°64) dans le repose-bras butterfly droit. Répétez cette étape pour installer le bras butterfly gauche (n°12).

B.) Insérez deux supports pivotants de la poulie (n°15) dans les trous du support de poulie butterfly (n°14). Fixez chaque support pivotant de la poulie avec un boulon à tête hexagonale M12 x 127 mm (n°100), deux rondelles Ø 25.4 mm (n°108), et un écrou hexagonal M12 (n°111). **Ne pas trop serrer les écrous. Assurez-vous que les supports puissent pivoter.**

SCHÉMA 5



ÉTAPE 6 (voir SCHÉMA 6 et schéma des câbles de poulie)

A.) Attachez une extrémité du câble butterfly 287 cm (n°45) à la pince du bras butterfly gauche (n°12). Tirez le câble vers le support pivotant de la poulie gauche (n°15).

B.) Attachez une poulie (n°62) et deux ergots de câble (n°78) au support.

C.) Fixez-les avec un boulon Allen M10 x 50.8 mm (n°94), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

D.) Tirez le câble autour de la poulie, puis vers le bas. Fixez un support de poulie à angle mobile (n°52) au câble. Répétez la procédure B ci-dessus pour installer une poulie avec deux ergots de câble (n°78). Tirez le câble autour de la poulie, puis vers le haut en direction du support pivotant de poulie droit. Laissez le support suspendu pour l'instant.

E.) Répétez la procédure C ci-dessus pour installer une poulie et un ergot de câble au support.

F.) Tirez le câble autour de la poulie puis fixez-le au repose-bras butterfly droit (n°13).

SCHEMA 6

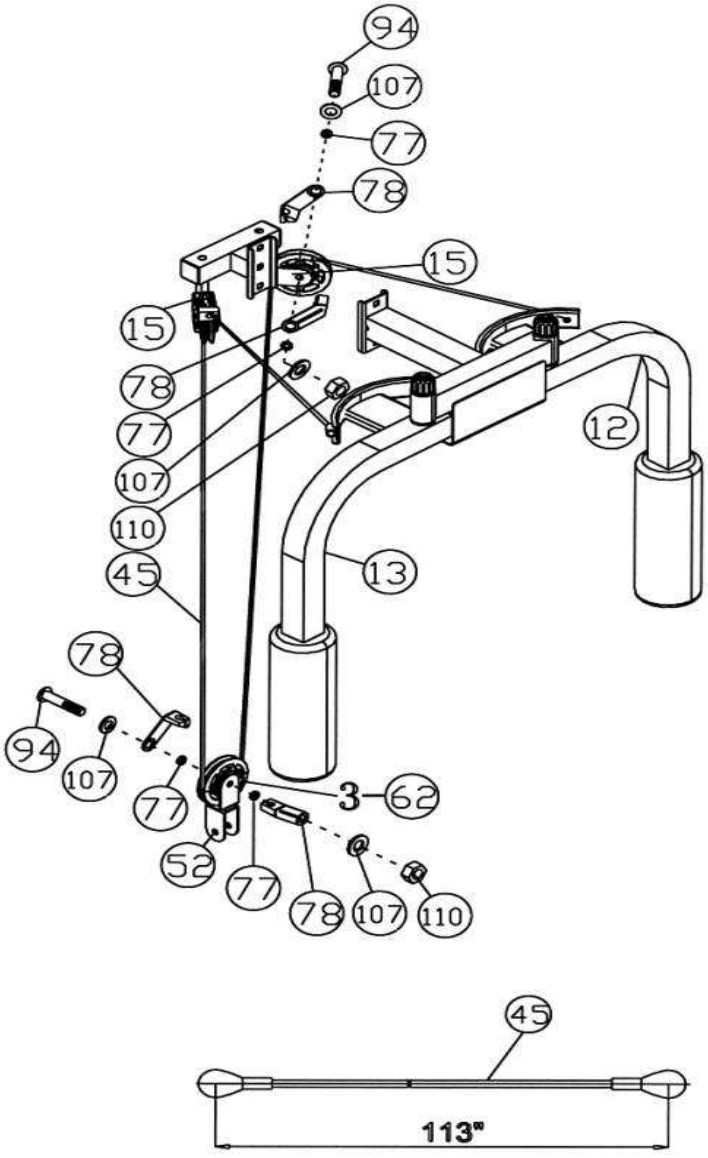
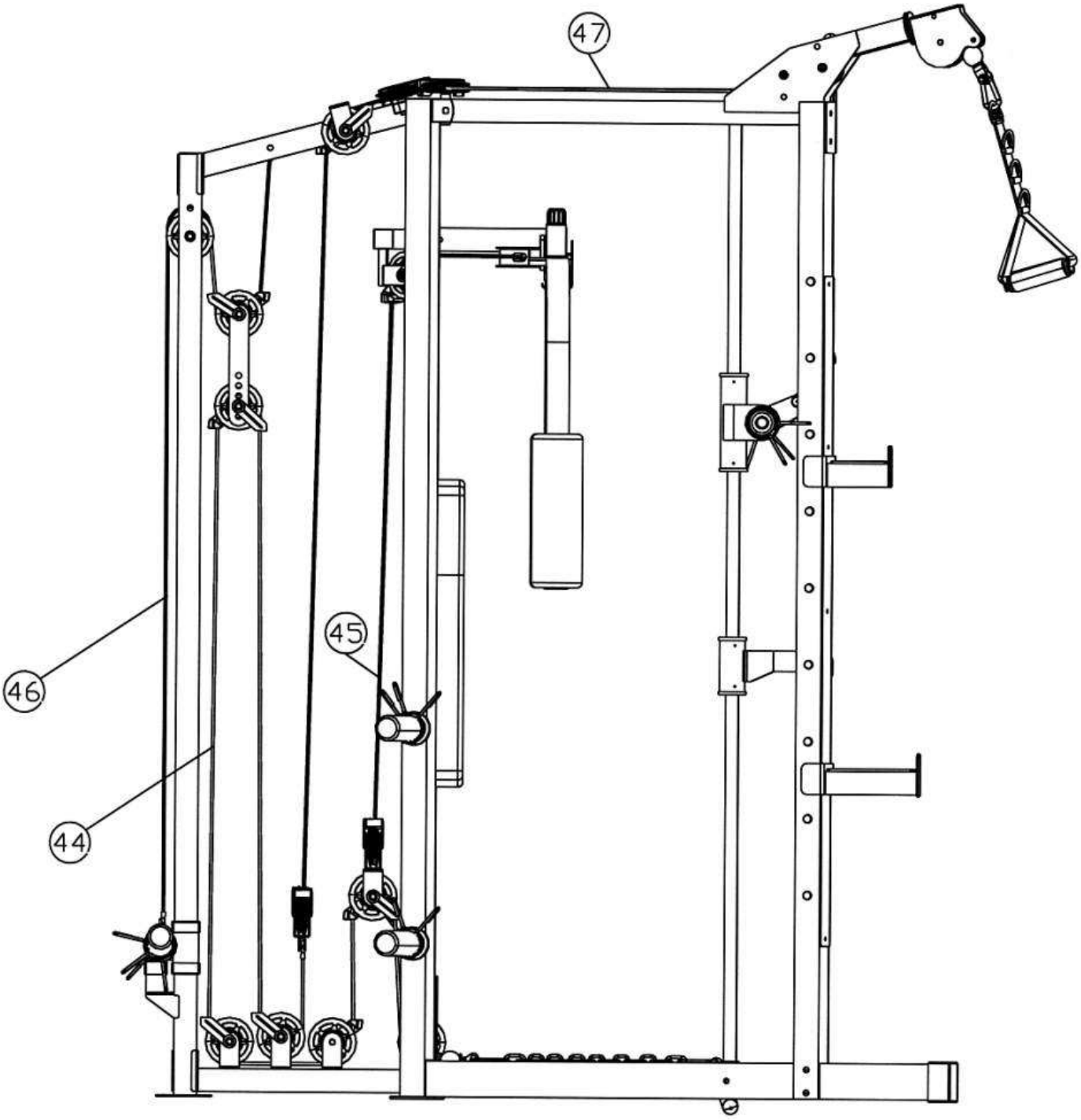


SCHÉMA DES CÂBLES DE POULIE



ÉTAPE 7 (voir SCHEMAS 7-1, 7-2 et le schéma des câbles supérieurs de poulie)

A.) Joindre les deux supports pivotants de poulie transversaux (n°10) au bâti de support supérieur latéral droit et au gauche (n°7). Fixez chaque support avec quatre boulons Allen M8 x 3 /203 mm (n°101) et quatre rondelles Ø 5 /203 mm (n°106).

B.) Retirez le connecteur en forme de U, la grande rondelle, et la bille de butée de l'une des extrémités du 266 " câble supérieur (n°47).

C.) Attachez une poulie (n°62) au support pivotant de gauche et fixez-le avec un boulon Allen M10 x 1 19.1 mm (n°93), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

D.) Insérez l'extrémité du câble au support pivotant de la poulie transversal gauche (n°10). Tirez le câble autour de la poulie et tirer le vers l'arrière de la machine.

E.) Fixez une poulie de câble (n°42) au support pivotant de la poulie transversal gauche (n°10). Fixez-la avec un boulon Allen M8 x 1 5 /203 mm (n°102), deux rondelles Ø 5 /203 mm (n°106), et un écrou hexagonal M8 (n°109).

F.) Joindre une petite poulie (n°63) à l'ouverture du bâti-support supérieur latéral gauche. Fixez-la avec un boulon Allen M10 x 2 19.1 mm (n°97), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110). Tirez le câble autour du sommet de la petite poulie.

G.) Joindre une autre petite poulie (n°63) à l'ouverture située à côté de la petite poulie installée en point F. Répétez le point F pour installer la petite poulie. Tirez le câble sous la petite poulie vers un axe d'articulation de poulie ouvert.

H.) Fixez une poulie (n°62) à l'axe d'articulation de poulie ouvert. Fixez-la avec un boulon Allen M10 x 1 19.1 mm (n°93), une rondelle Ø 19.1 mm (n°107), et un ergot de câble (n°78).

I.) Tirez le câble autour de la poulie, puis à un axe d'articulation de poulie ouvert sur le bâti de support arrière supérieur (n°18). Attachez une poulie à l'axe d'articulation ouvert. Fixez la avec un boulon Allen M10 x 2 19.1 mm (n°97), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), un ergot de câble (n°78) et un écrou hexagonal M10 (n°110).

J.) Tirez le câble autour de la poulie, puis le support ouvert du bâti-support arrière supérieur. Fixez une poulie au support. Fixez-la avec un boulon Allen M10 x 127 mm (n°99), un ergot de câble (n°78), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

K.) Tirez le câble autour de la poulie et vers le bas. Attachez une poulie à un support de poulie mobile simple (n°34). Fixez la poulie avec un boulon Allen M10 x 2 " (n°94), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), deux ergots de câble (n°78), et un M10 écrou hexagonal (n°11). Tirez le câble vers le haut vers le support ouvert de l'autre côté du bâti-support arrière supérieur (n°18). Laissez la poulie suspendue pour l'instant.

L.) Retirez l'écrou et la rondelle installés en point J. Fixez une poulie sur le boulon Allen (n°99), puis attacher un ergot de câble (n°78) à la poulie, et le fixer avec la rondelle et l'écrou enlevés.

M.) Tirez le câble pour ouvrir l'axe d'articulation du bâti-support arrière supérieur. Répétez le point I pour installer la poulie.

N.) Tirez le câble à l'axe d'articulation ouvert. Répétez le point H pour installer la poulie.

O.) Tirez le câble à l'ouverture du bâti-support supérieur latéral droit. Répétez le point F pour installer deux petites poulies (n°63).

P.) Tirez le câble dans le support pivotant de la poulie transversal droit. Répétez le point E pour installer la poulie de câble.

Q.) Réinstallez la bille de butée ; la grande rondelle, le connecteur en forme de U, retirés au point A ci-dessus. Connectez une poignée (n°79) à chaque extrémité du câble avec un crochet (n°73). Fixez chaque crochet avec un boulon Allen M10 x 1 1 / 203 mm (n°92) et écrou hexagonal M10 (n°110).

SCHÉMA 7-1

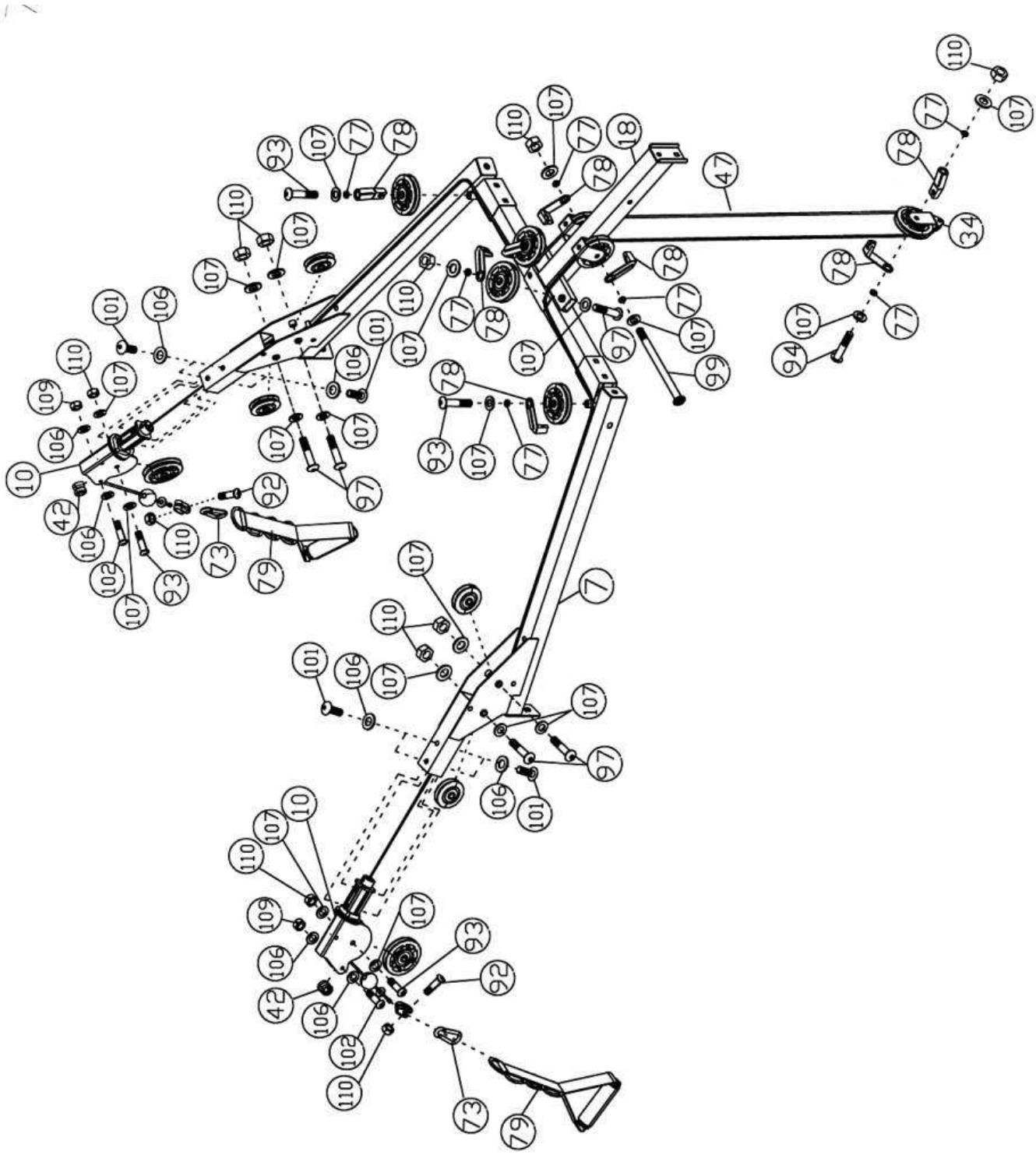
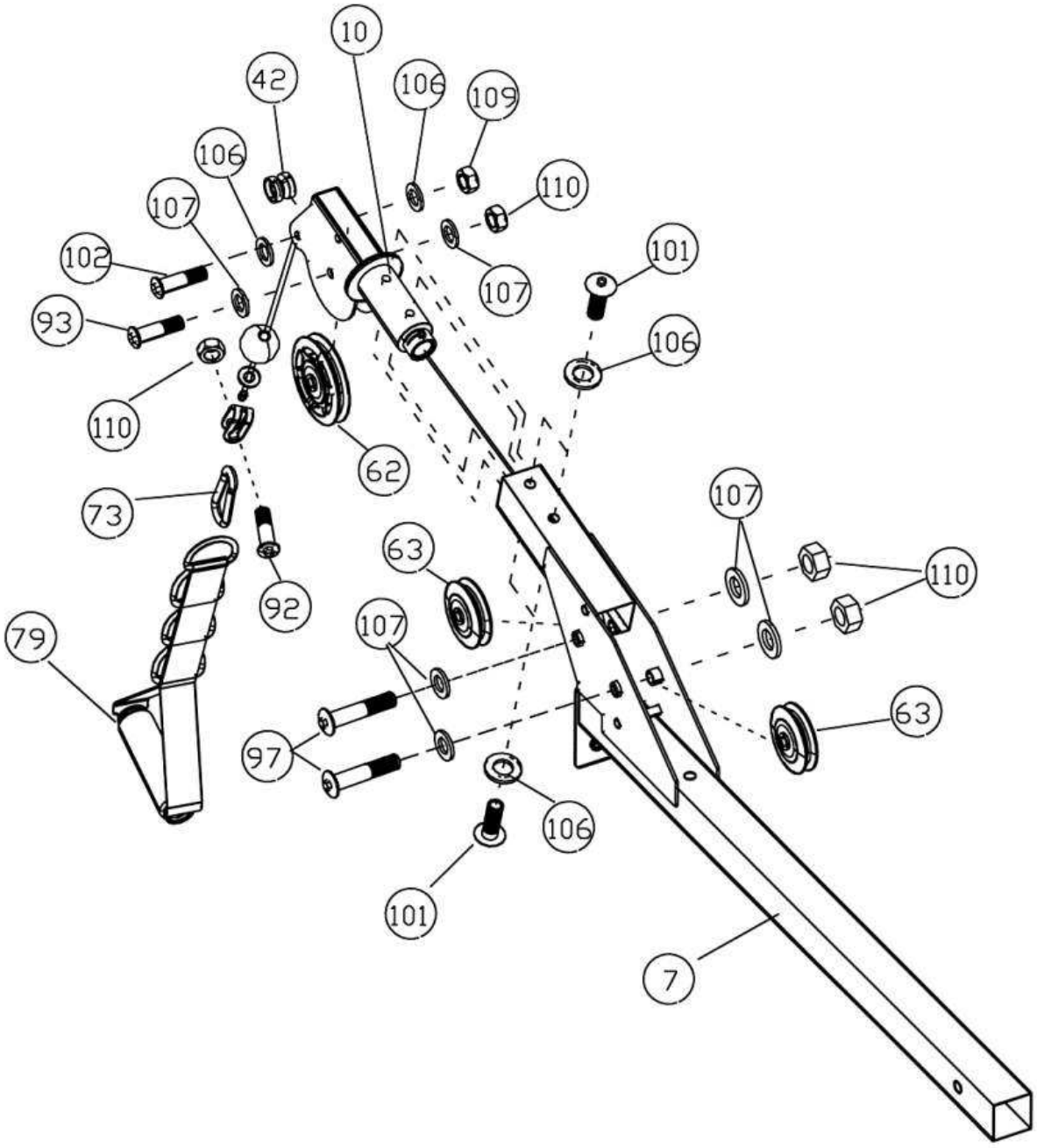


SCHÉMA 7-2


10
42
106
109
106
110
107
107
101
102
93
106
110
62
73
107
92
63
110
79
107
63
97
106
101
7

ÉTAPE 8 (voir SCHEMA 8 & schéma des câbles de poulie supérieurs)

A.) Fixez une extrémité du câble (246.38 cm) de la tige de glissement des poids (n°46) au bâti-support arrière supérieur (n°18). Fixez le avec un boulon Allen M10 x 2 3 /203 mm (n°118), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

B.) Attachez une poulie (n°62) dans les trous supérieurs sur les deux supports de poulie mobile doubles (n°33). Fixez la poulie avec un boulon Allen M10 x 50.8 mm (n°94), deux ergots de câble (n°78), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°11). Tirez le câble autour de la poulie vers le haut, à l'ouverture du support de glissement des poids (n°17). Laissez la poulie suspendue pour l'instant.

C.) Attachez une poulie à l'ouverture. Fixez-la avec un boulon Allen M10 x 2 12.7 mm (n°95), deux Bagues de poulie Ø 25.4 mm x 12.7 mm (n°57), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

D.) Tirez le câble autour de la poulie et ensuite vers le bas sur le support triangulaire sur la tige de glissement des poids (n°23). Fixez l'extrémité du câble sur le support avec un boulon Allen M10 x 19.1 mm (n°90), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

E.) Fixez les deux manchons olympiques de poids (n°68) sur la tige de glissement des poids. Fixez un collier-ressort à chaque manche.

SCHÉMA DES CÂBLES DE POULIE SUPÉRIEURS

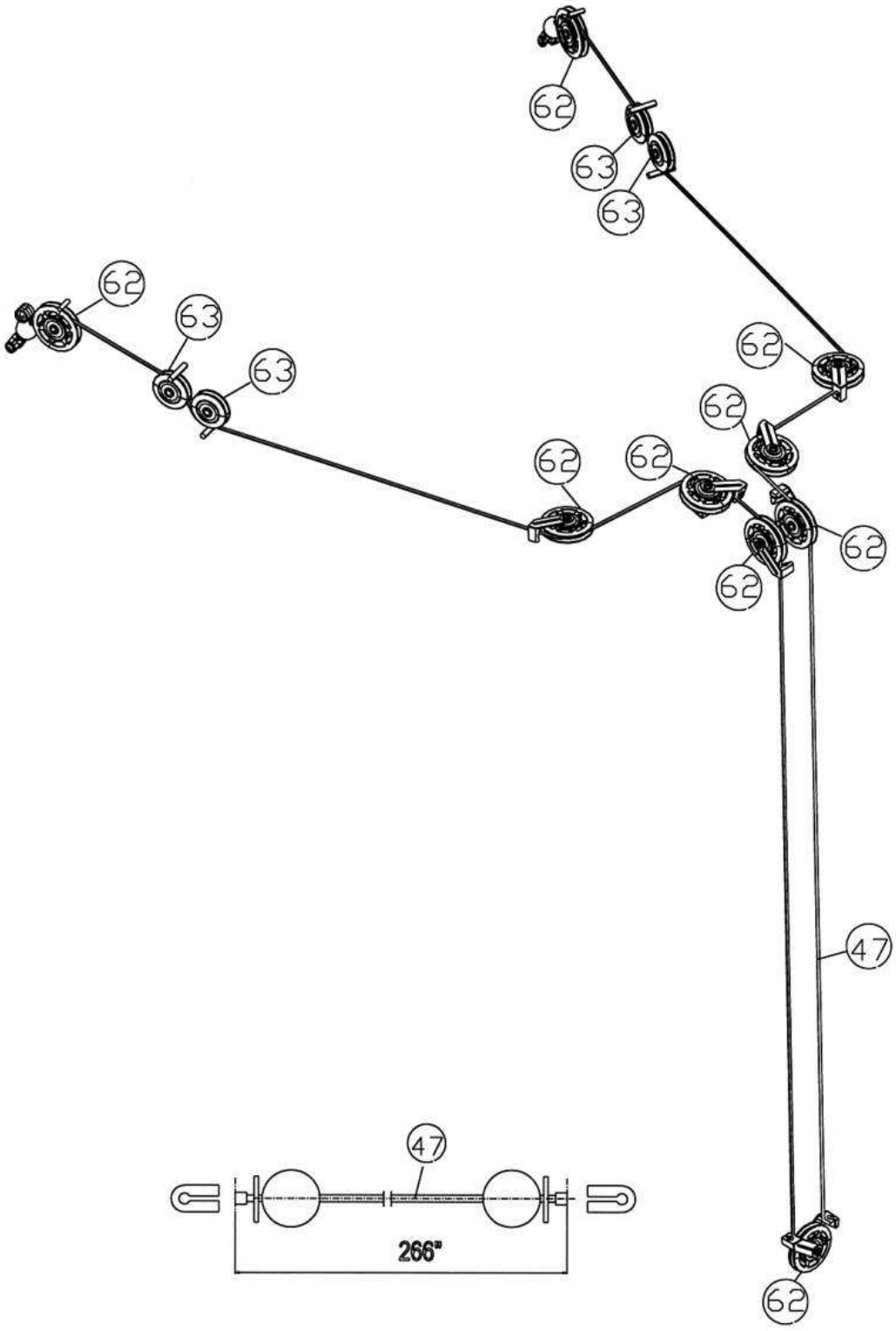
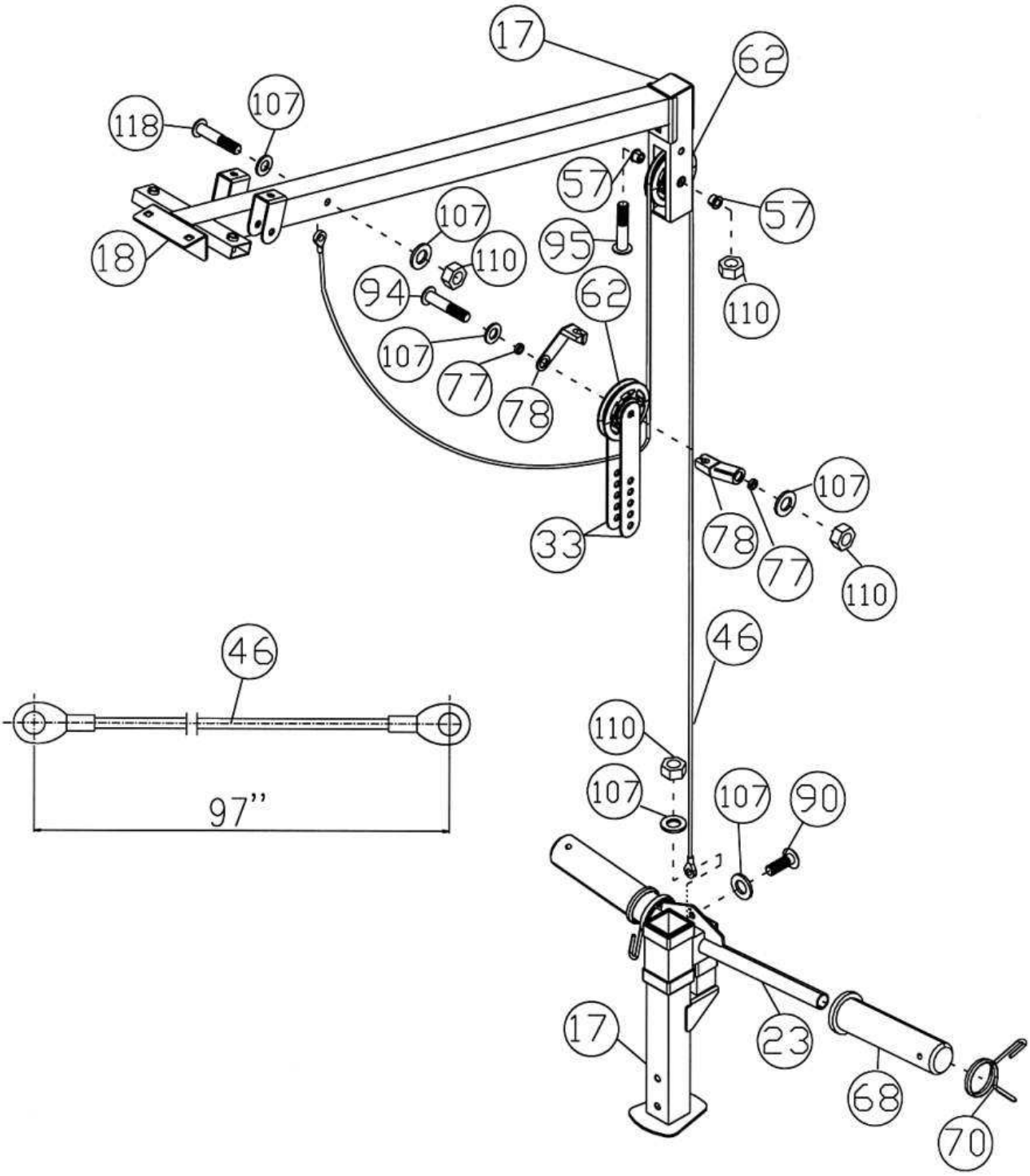


SCHÉMA 8


17
62
118
107
57
57
107
95
18
110
110
94
62
107
77
78
107
78
77
110
33
46
46
110
107
107
90
97''
17
23
68
70

ÉTAPE 9 (voir SCHEMA 9)

A.) Tirez le câble inférieur 386 cm (n°44) à travers l'ouverture de la butée (n°32)

B.) Attachez une poulie (n°62) à l'ouverture. Fixez-la avec un boulon Allen M10 x 2 12.7 mm (n°95), deux bagues de poulie Ø 5.4 mm x12.7 mm (n°57), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

C.) Tirez le câble sous la poulie et ensuite vers le haut, au support de poulie à angle mobile (n°52) installé précédemment à l'étape-6.

D.) Attachez une poulie au support. Fixez-la avec un boulon Allen M10 x 50.8 mm (n°94), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), deux ergots de câble (n°78) et un écrou hexagonal M10 (n°110).

E.) Tirez le câble autour de la poulie et ensuite vers le bas vers le premier support ouvert du support de poulie inférieure (n°16).

F.) Attachez une poulie au support. Fixez-la avec un boulon Allen M10 x 50.8 mm (n°94), deux rondelles Ø 19.1 mm(n°107), deux ergots de câble (n°78) et un écrou hexagonal M10 (n°110).

G.) Tirez le câble sous la poulie par l'intermédiaire du prochain support ouvert et ensuite au troisième support ouvert. Répétez le point F pour installer une poulie.

H.) Tirez le câble autour de la poulie et ensuite vers le haut aux supports de poulie mobile doubles (n°33) précédemment installés à l'étape-8.

I.) Répétez le point D pour installer une poulie.

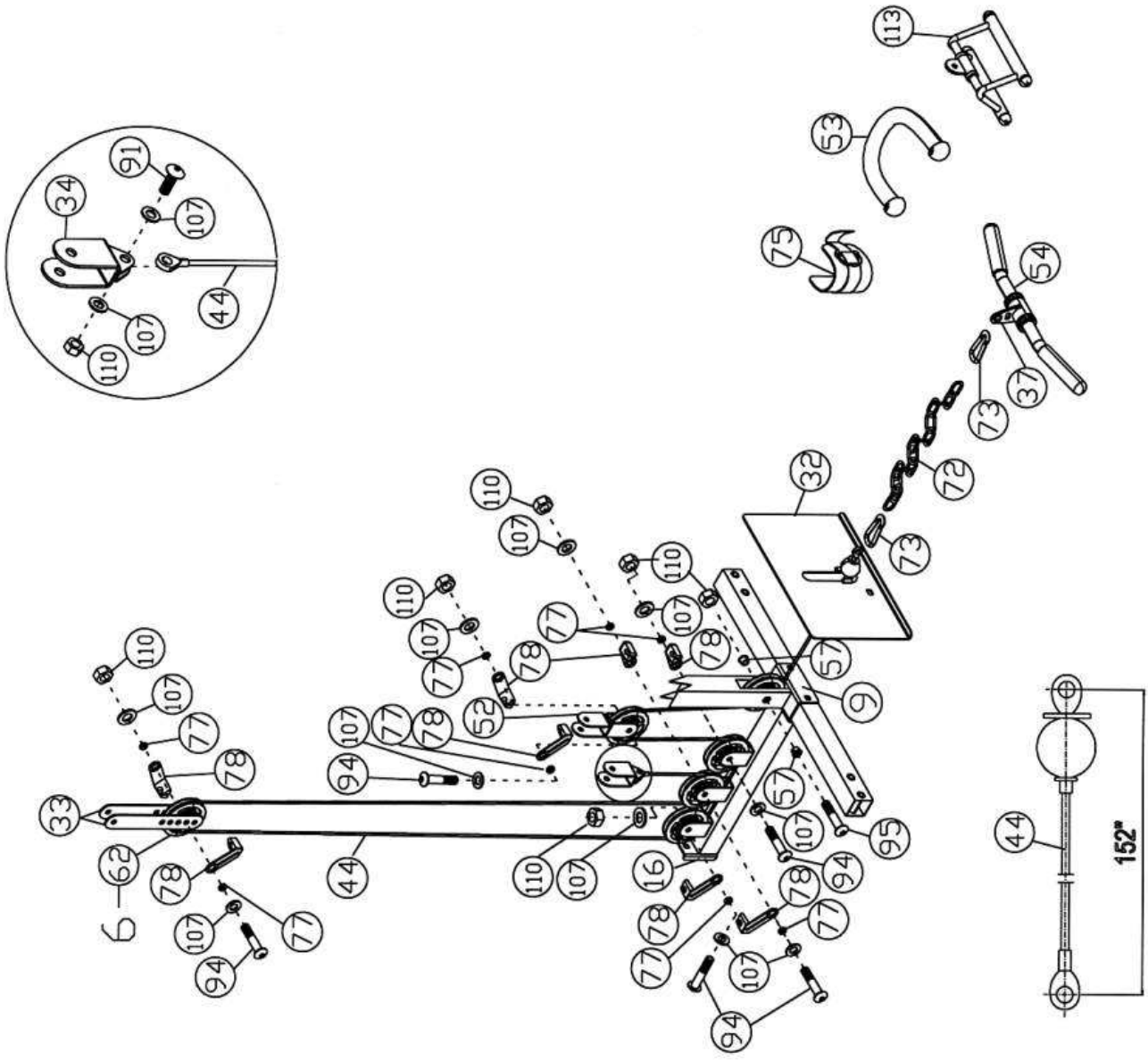
J.) Tirez le câble autour de la poulie, puis vers le bas au support ouvert du milieu sur le support de poulie inférieure. Répétez le point D pour installer une poulie.

K.) Tirez le câble autour de la poulie, puis en haut vers le support de poulie mobile simple (n°34) installé à l'étape-7. Fixez l'extrémité du câble sur le support avec un boulon Allen M10 x 25.4 mm (n°91), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°107), et un écrou hexagonal M10 (n°110).

L.) Si vous déplacez la position de la poulie inférieure sur les supports de poulie mobile double, cela ajustera la tension de l'ensemble du système de câble. Déplacez la poulie vers le haut va augmenter la tension. Déplacez la poulie vers le bas va relâcher la tension.

M.) Fixez la barre Shiver (n°54) au câble inférieur avec une chaîne de 15 liens (n°72) et deux crochets (n°73). Remplacez la barre Shiver par la bride-cheville (n°75) ou par la corde à triceps (n°53) pour diversifier les exercices.

SCHÉMA 9



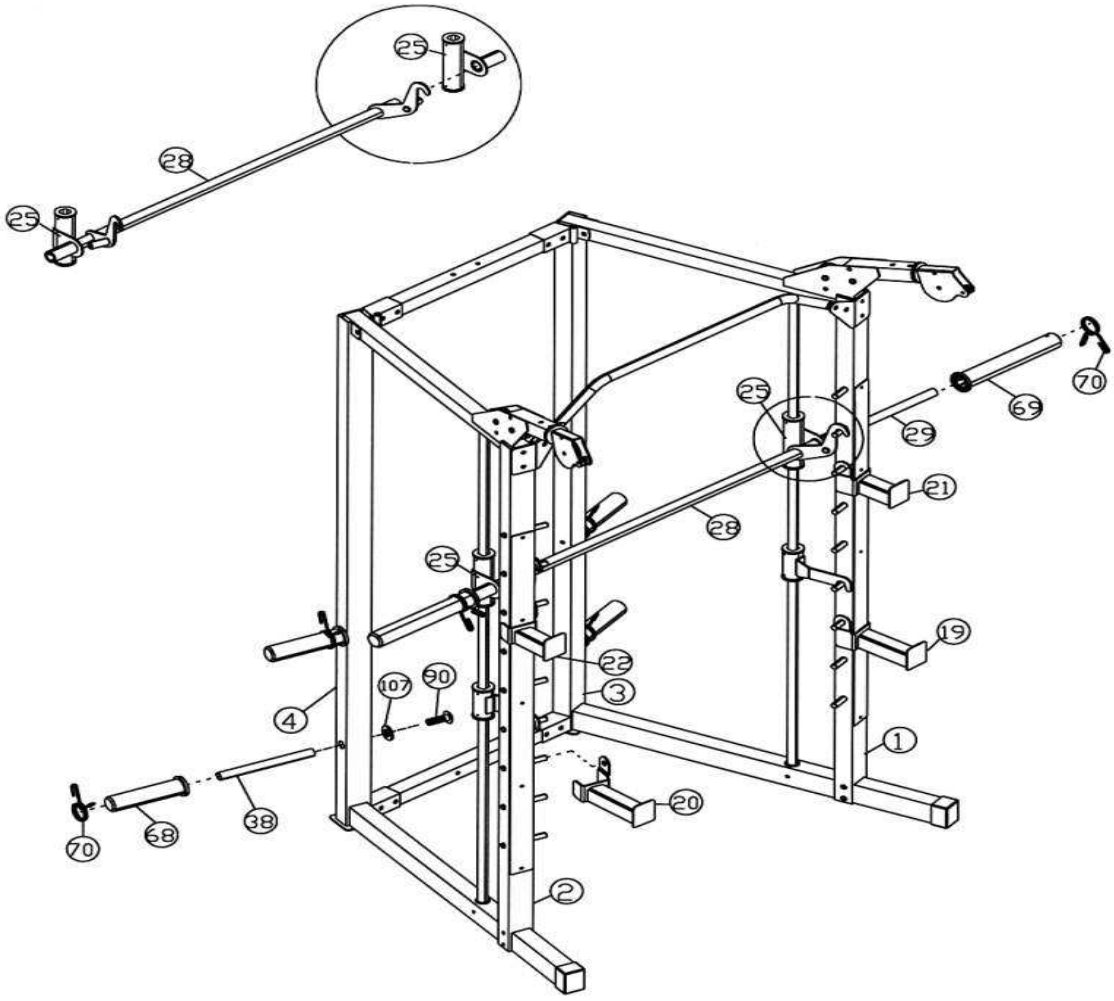
ÉTAPE 10 (Voir SCHEMA 10)

A.) **REMARQUE: Il est fortement conseillé de vous faire aider par quelqu'un d'autre pour cette étape.** Placez le manchon de levée (n°28) entre les deux goupilles de sécurité (n°25). Alignez les trous. Insérez la barre des poids (n°29) dans la goupille de sécurité d'un côté et à travers le manchon de levée jusqu'à l'autre goupille de sécurité du côté opposé. Fixez la barre de poids à la goupille de sécurité avec quatre Vis Allen M8 x 3 / 203 mm (n°104) préinstallées sur la goupille de sécurité.

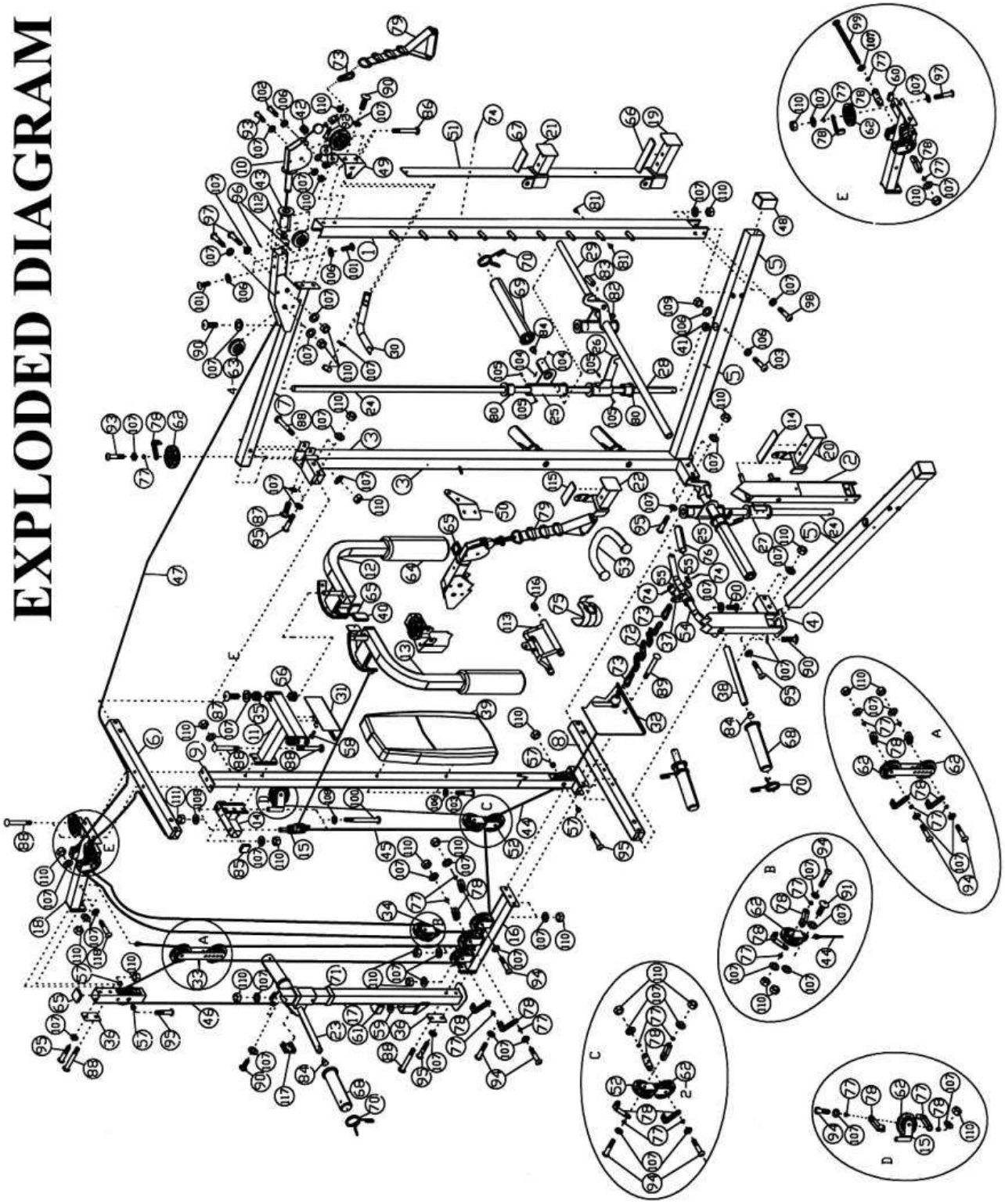
B.) Tournez le crochet du cran de sûreté sur le manchon de levée vers l'avant pour fixer sa position sur les emplacements sélectionnés sur les bâtis-avant verticaux gauche et droit (n°1 & n°2). Attachez un manchon olympique pour barre de poids (n°69) à chaque extrémité de la barre de poids. Attachez un collier-ressort (n°70) au manche.

C.) Attachez quatre tiges de glissement des poids (n°38) au bâti-support arrière vertical gauche et droit (n°3 & 4). Fixez chaque tige de glissement des poids avec un boulon Allen M10 x 19.1 mm (n°90) et une rondelle Ø 19.1 mm (n°107).

D.) Attachez quatre manchons olympiques pour tige de glissement des poids (n°68) à la tige de glissement des poids. Attachez un collier-ressort (n°70) aux manches. Insérez les supports de barre gauche et droit (n°21 & 22), les verrous de sécurité gauche et droit (n°19 & 20) dans les trous sélectionnés aux bâtis-support avant vertical gauche et droit.



EXPLODED DIAGRAM



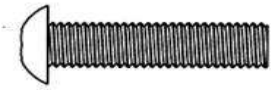
LISTE DES PIECES DE LA SMITH MACHINE PIRANHA

N°	DESCRIPTION	Qté	N°	DESCRIPTION	Qté
1	Bâti de support avant vertical gauche	1	61	1 Butée carrée 12.7 mm	1
2	Bâti de support avant vertical droit	1	62	Poulie	20
3	Bâti de support arrière vertical gauche	1	63	Petite poulie	4
4	Bâti de support arrière vertical droit	1	64	Rouleau de mousse du bras butterfly	2
5	Bâti-support	2	65	1 Butée carrée 19.1 mm	5
6	Support de montage arrière supérieur	1	66	Butée de sécurité en caoutchouc gauche	1
7	Bâti de support supérieur latéral	2	67	Butée de support en caoutchouc droit	1
8	Bâti-support arrière	1	68	Manchon olympique de poids	6
9	Support vertical du milieu	1	69	Manchon olympique pour barre de poids	2
10	Support pivotant transversal de la poulie	2	70	Collier-ressort	8
11	Base butterfly	1	71	Butée 50.8 mm x 1 19.1 mm	2
12	Bras butterfly gauche	1	72	Chaîne de 15 liens	1
13	Repose-bras butterfly droit	1	73	Crochet	4
14	Support de poulie butterfly	1	74	Rivet	24
15	Support pivotant de poulie	2	75	Bride-cheville	1
16	Support de poulie inférieure	1	76	152.4 mm Poignée	2
17	Support de glissement des poids	1	77	Bague pour ergot de câble	24
18	Bâti de support arrière supérieur	1	78	Ergot de câble	24
19	Cran de sûreté gauche	1	79	Poignée	2
20	Cran de sûreté droit	1	80	Manchon Ø 50.8 mm x 1 5/203 mm	8
21	Support de barre gauche	1	81	Butée Ø 5/203 mm	36
22	Support de barre droit	1	82	Embout Ø 19.1 mm	2
23	Tige de glissement des poids	1	83	Embout Ø 19.1 mm x 50.8 mm	2
24	Tige de guidage	2	84	Embout Ø 25.4 mm	8
25	Goupille de sécurité	2	85	Embout Ø 1 12.7 mm	2
26	Goupille inférieure gauche de sécurité	1	86	Boulon à tête ronde M10 x 1 5/203 mm	4
27	Goupille inférieure droite de sécurité	1	87	Boulon Allen M10 x 5/203 mm	4
28	Manchon de levée	1	88	Boulon à tête ronde M10 x 2 12.7 mm	8
29	Barre de poids	1	89	Boulon à tête ronde M10 x 76.2 mm	2
30	Tube de raccordement	1	90	Boulon Allen X M10 19.1 mm	15
31	Support de sécurité butterfly	1	91	Boulon Allen M10 x 25.4 mm	1
32	Butée	1	92	Boulon Allen M10 x 1 1/203 mm	2
33	Support de poulie mobile double	2	93	Boulon Allen M10 x 1 19.1 mm	4
34	Support de poulie mobile simple	1	94	Boulon Allen M10 x 50.8 mm	10
35	Clipse de serrage	2	95	Boulon Allen M10 x 2 12.7 mm	12
36	Support 3 1/203 mm x 1 19.1 mm	2	96	Vis Allen M8 x 6.35 mm	4
37	Poignée pivotante	1	97	Boulon Allen M10 x 2 19.1 mm	6
38	Tige de poids	4	98	Boulon Allen M10 x 3 1/203 mm	4
39	Dossier	1	99	Boulon Allen M10 x 127 mm	1
40	Butée en caoutchouc 2 5/203 mm x 1 12.7 mm		100	Boulon à tête hexagonale M12 x 127 mm	2
41	Douille Ø 1 12.7 mmx Ø 25.4 mm	2	101	Boulon Allen M8 x 3/203 mm	8
42	Poulie de câble	2	102	M8 x 1 5/203 mm Boulon Allen	2
43	Manche de câble supérieur	2	103	M8 x 2 3/203 mm Boulon Allen	4
44	Câble inférieur 386 cm	1	104	Vis Allen M8 x 3/203 mm	4
45	Câble Butterfly 287.42 cm	1	105	Vis cruciforme ST4.0	16
46	Câble arrière vertical 246.38 cm	1	106	Ø 5/203 mm Rondelle	18
47	Câble supérieur 675.64 cm	1	107	Rondelle Ø 19.1 mm	104
48	2 19.1 mm x 50.8 mm Embout bâti-support	2	108	Rondelle Ø 25.4 mm	4
49	Support traction à la barre fixe gauche	1	109	Ecrou hexagonal M8	4

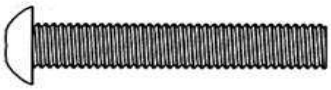
N°	DESCRIPTION	Qté	N°	DESCRIPTION	Qté
50	Support traction à la barre fixe droit	1	110	Ecrou hexagonal M10	52
51	Panneau du bâti-support avant	2	111	Ecrou hexagonal M12	2
52	Support de poulie à angle mobile	1	112	Bague en plastique	2
53	Corde de musculation triceps	1	113	Barre de triceps en V	1
54	Barre Shiver	1	114	Butée de sécurité en caoutchouc droit	1
55	Bague rotative	4	115	Butée de support en caoutchouc droit	1
56	Bague Ø 1 12.7 mm x 7/203 mm	4	116	Ø 25.4 mm Embout conique	4
57	Bague de poulie Ø 25.4 mm x 12.7 mm	4	117	50.8 mm Butée carrée	1
58	Boulon Allen M6 x 3/203 mm	2	118	Boulon Allen M10 x 2 3/203 mm	1
59	Rondelle d'espacement Ø 1 12.7 mmx Ø 12.7 m	1			
60	Embout 1 5/203 mm x 19.1 mm	2			

KIT DU MATÉRIEL POUR LE BANC MULTI-FONCTIONS

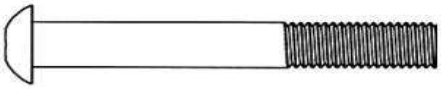
REMARQUE: Les pièces suivantes ne sont pas dessinées à l'échelle. Veuillez utiliser votre propre règle pour mesurer la taille.



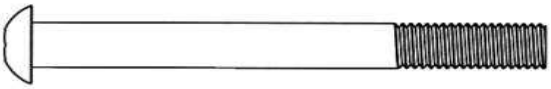
#31 M8 x 1 $\frac{1}{8}$" Allen Bolt (Qty 4)



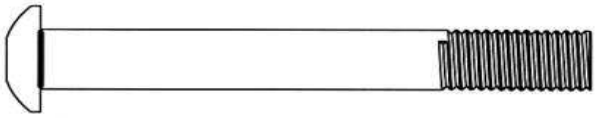
#32 M8 x 1 $\frac{5}{8}$" Allen Bolt (Qty 4)



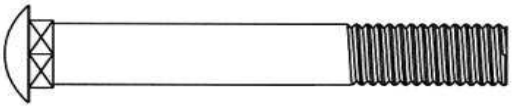
#30 M8 x 2 $\frac{3}{8}$" Allen Bolt (Qty 1)



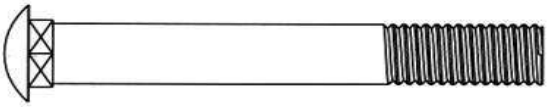
#27 M8 x 2 $\frac{3}{4}$" Allen Bolt (Qty 2)



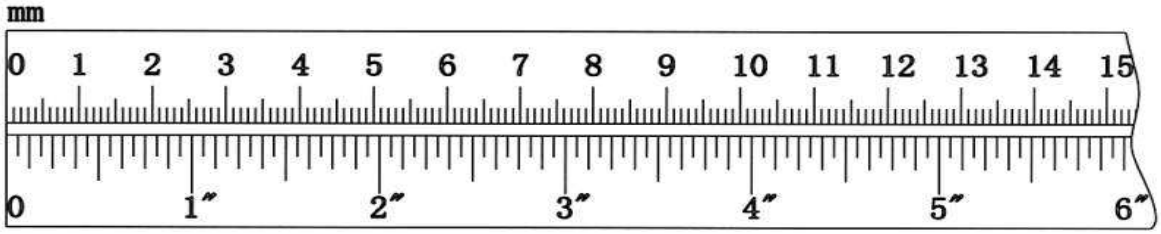
#29 M10 x 3" Allen Bolt (Qty 1)



#28 M10 x 2 $\frac{1}{2}$" Carriage Bolt (Qty 5)



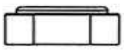
#25 M10 x 2 $\frac{3}{4}$" Carriage Bolt (Qty 2)



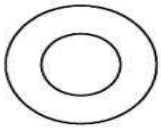
KIT DU MATÉRIEL POUR LE BANC MULTI-FONCTIONS

REMARQUE: Les pièces suivantes ne sont pas dessinées à l'échelle. Veuillez utiliser votre propre règle pour mesurer la taille.

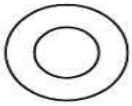
#37 M10 Aircraft Nut
(Qty 11)



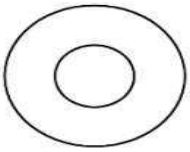
#33 M8 Aircraft Nut
(Qty 2)



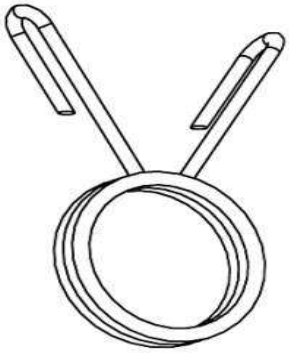
#35 Ø $\frac{3}{4}$" Washer
(Qty 15)



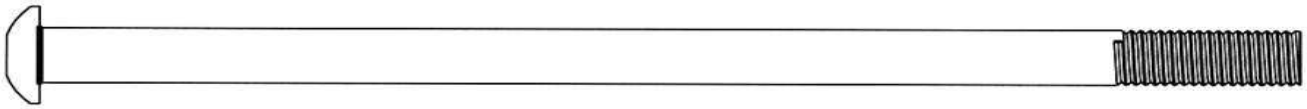
#36 Ø $\frac{5}{8}$" Washer
(Qty 12)



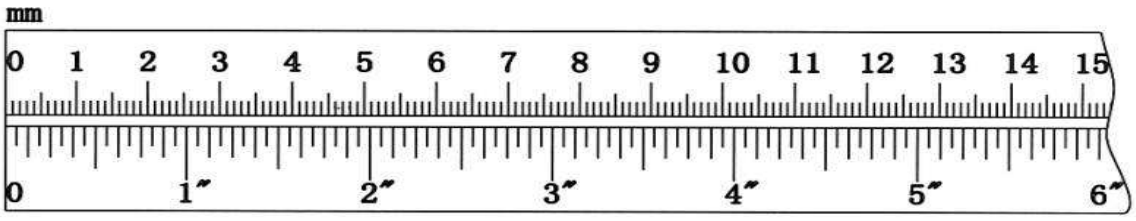
#38 Ø 1" x Ø $\frac{3}{8}$" Washer
(Qty 1)



#21 Spring Clip
(Qty 1)



#26 M10 x 6 $\frac{7}{8}$" Allen Bolt (Qty 12)



INSTRUCTIONS DE MONTAGE DU BANC MULTI-FONCTIONS

Outils nécessaires à l'assemblage de l'appareil: Deux clés à molette et clés Allen. REMARQUE: Il est fortement recommandé que deux ou plusieurs personnes montent cet appareil afin d'éviter d'éventuelles blessures.

ÉTAPE 1 (voir SCHEMA 1)

A.) **Ne pas serrer les écrous et boulons avant d'en avoir reçu l'instruction.**

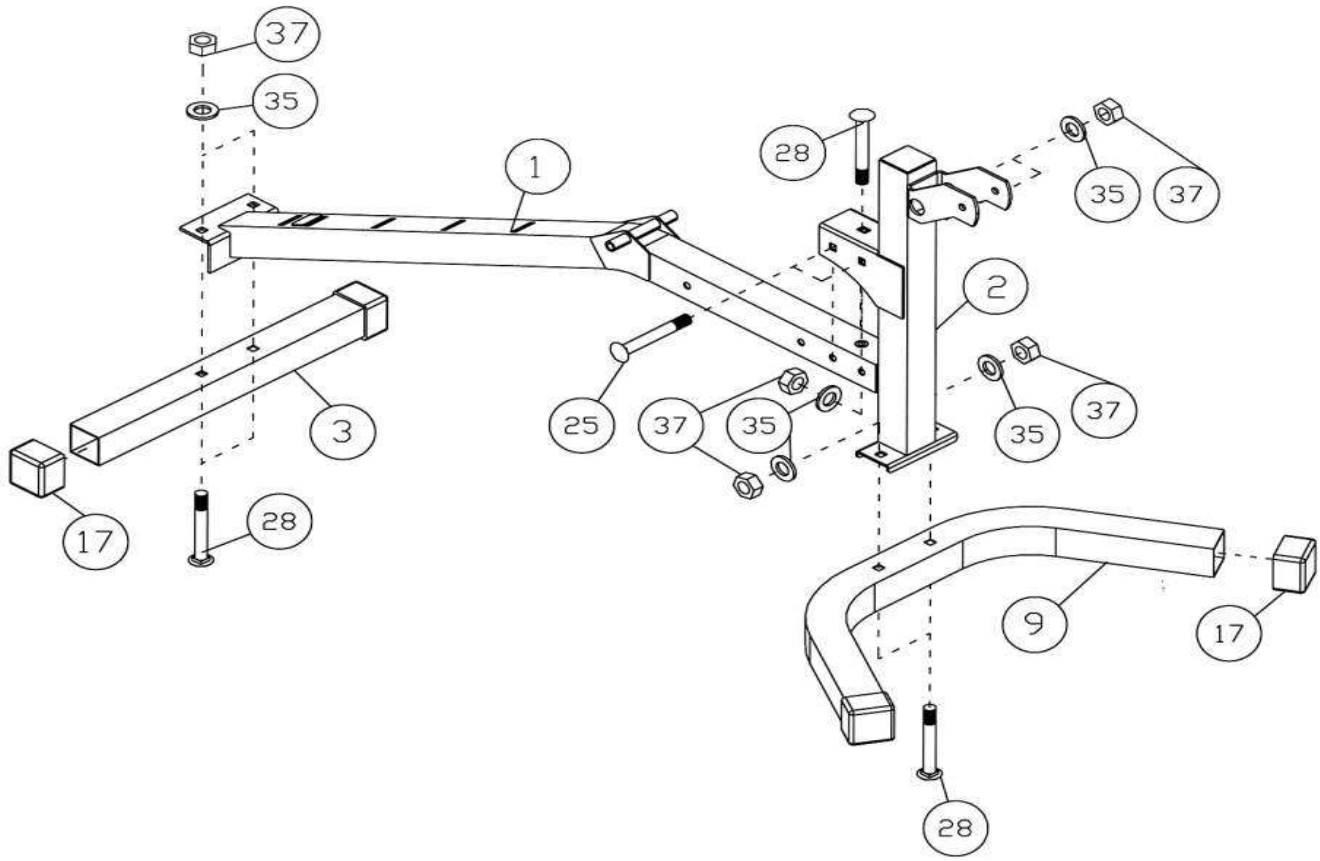
B.) Fixez le bâti avant (n°2) sur le bâti-stabilisateur avant (n°9). Fixez le avec deux boulons à tête ronde M10 x 2 12.7 mm (n°28), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°35) et deux écrous hexagonaux M10 (n°37).

C.) Fixez le bâti-principal (n°1) au bâti avant. Fixez-le avec deux boulons à tête ronde M10 x 2 19.1 mm (n°25), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°35), et deux écrou hexagonaux M10 (n°37) d'un côté. Fixez-le avec un boulon à tête ronde M10 x 2 12.7 mm (n°28), une rondelle Ø 19.1 mm (n°35), et un écrou hexagonal M10 (n°37) depuis la partie supérieure.

D.) Attachez l'autre extrémité du bâti-principal au bâti-stabilisateur arrière (n°3). Fixez-le avec deux boulons à tête ronde M10 x 2 12.7 mm (n°28), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°35) et deux écrous hexagonaux M10 (n°37).

E.) **Bien serrer tous les écrous et boulons.**

SCHÉMA 1



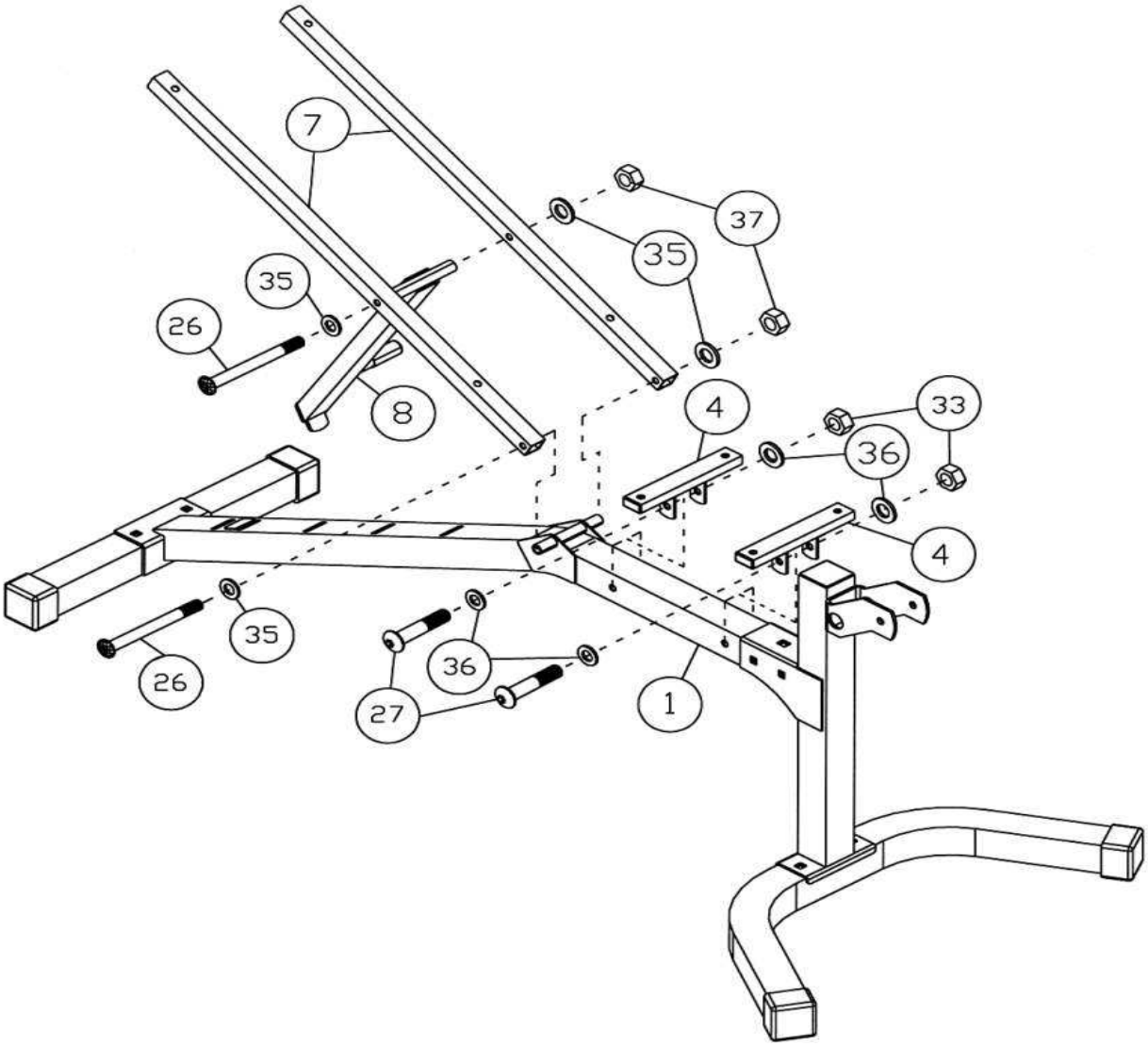
ÉTAPE 2 (voir SCHEMA 2)

A.) Fixez le bâti incliné (n°8) dans les trous latéraux intermédiaires du bâti de dossier (n°7). Fixez-le avec un boulon Allen M10 x 6 7 / 203 mm (n°26), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°35), et un écrou hexagonal M10 (n°37). **Ne pas serrer l'écrou et le boulon pour le moment.**

B.) Fixez les trous latéraux du fond du bâti de dossier au pivot du bâti-principal (n°1). Fixez-les avec un boulon Allen M10 x 6 7 / 203 mm (n°26), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°35), et un écrou hexagonal M10 (n°37). **Bien serrer les écrous et les boulons des points A et B.**

C.) Fixez-les deux supports des sièges (n°4) au bâti-principal. Fixez chaque support de siège avec un boulon Allen M8 x 2 19.1 mm (n°27), deux rondelles Ø 5 / 203 mm (n°36), et un écrou hexagonal M8 (n°33).

SCHÉMA 2

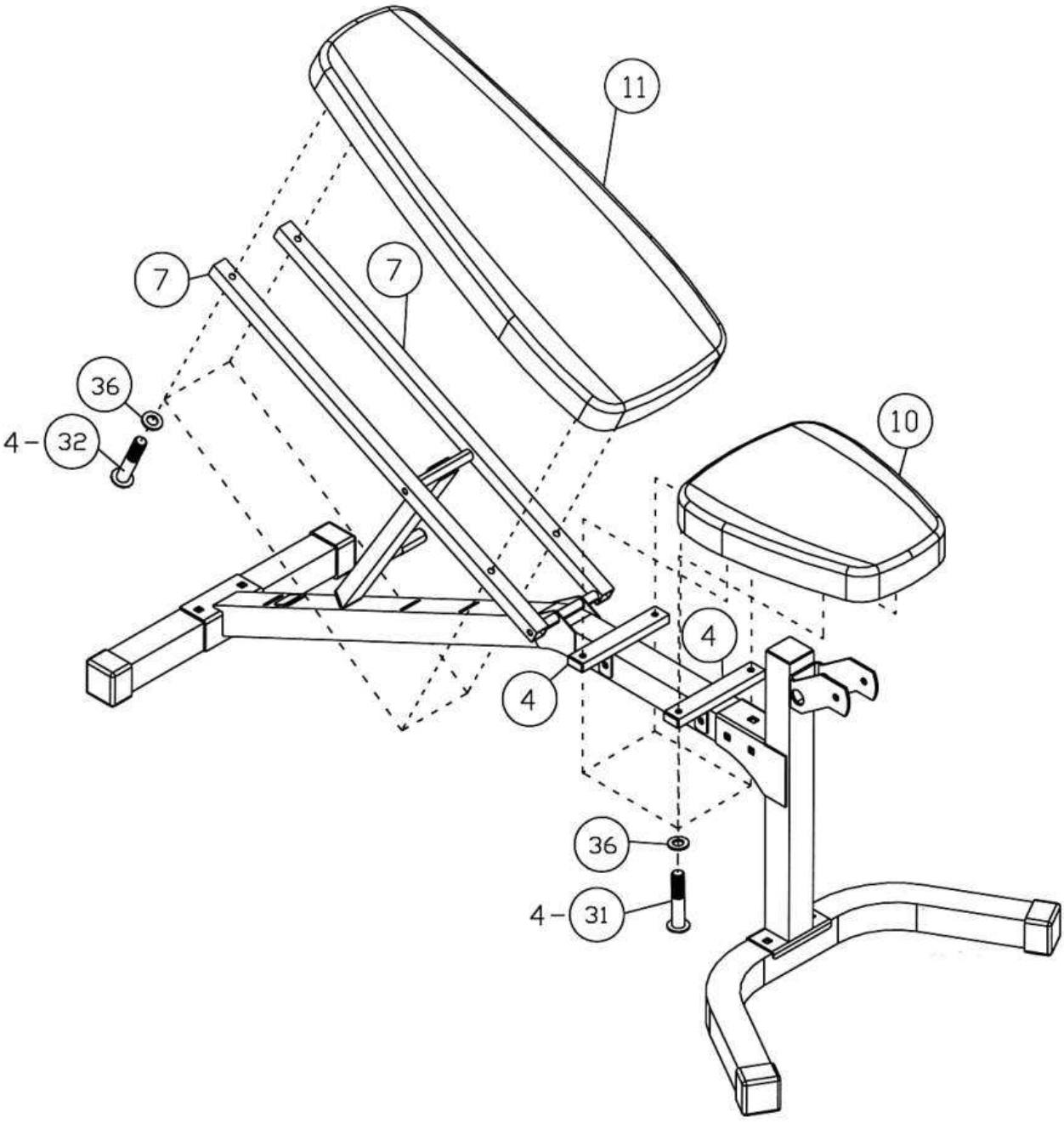


ÉTAPE 3 (voir SCHEMA 3)

A.) Placez le dossier (n°11) aux supports de dossier (n°7). Fixez-le avec quatre boulons Allen M8 x 1 5 / 203 mm (n°32) et ∅ 5 / 203 mm rondelles (n°36).

B.) Placez le coussin d'assise (n°10) sur les deux supports de siège (nº4). Fixez-le avec quatre boulons Allen M8 x 1 1 / 203 mm (n°31) et ∅ 5 / 203 mm rondelles (n°36).

SCHÉMA 3



ÉTAPE 4 (voir SCHEMA 4)

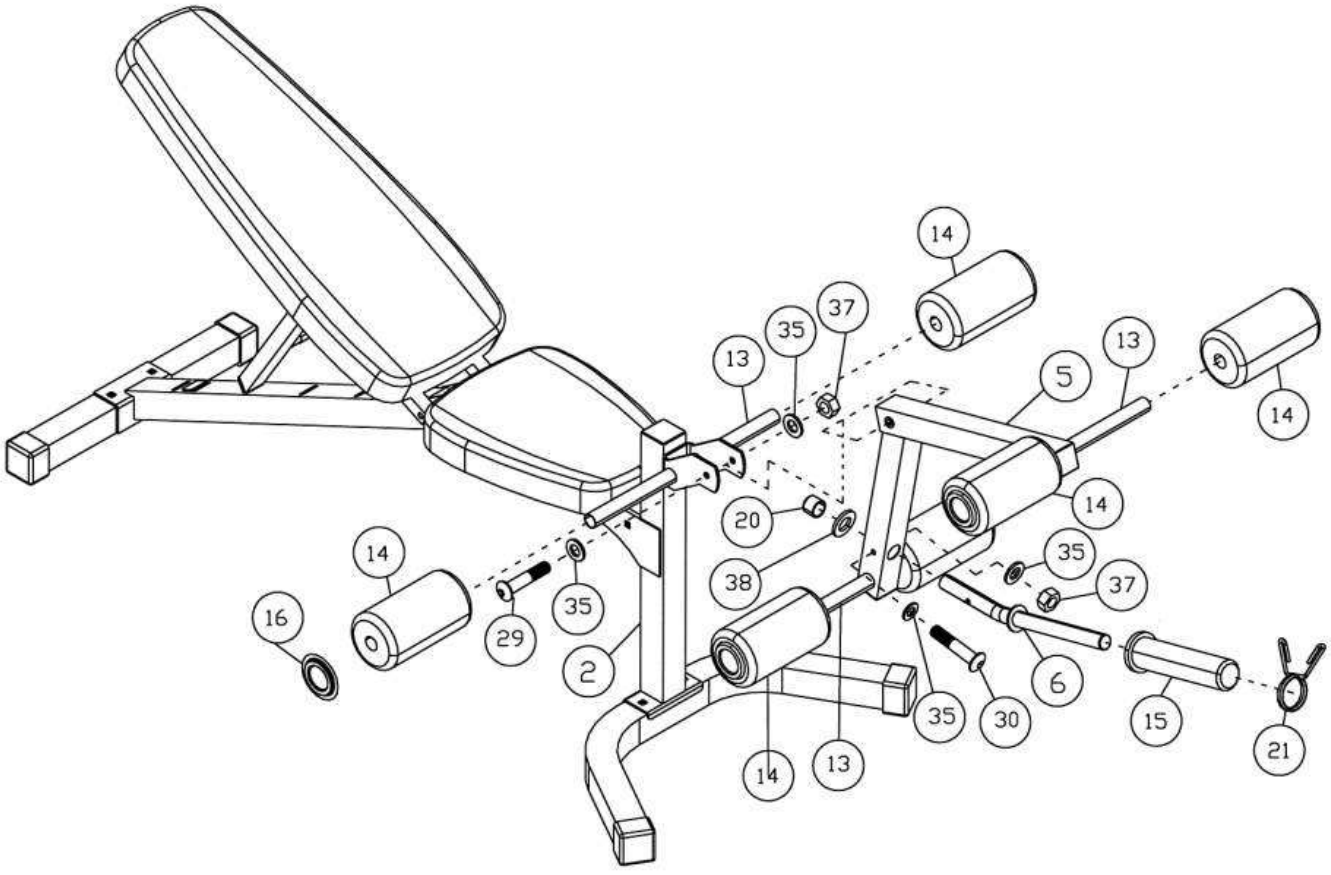
A.) Fixez le leg developer (n°5) au support ouvert sur le bâti avant (n°2). Fixez-le avec un boulon Allen M10 x 76.2 mm (n°29), deux rondelles ∅ 19.1 mm (n°35), et un écrou hexagonal M10 (n°37).

B.) Insérez la tige de poids du leg developer (n°6) dans le trou du leg developer. Fixez-le avec un boulon Allen M10 x 2 3 / 203 mm (n°30), deux rondelles Ø 19.1 mm (n°35), et un écrou hexagonal M10 (n°37). Couvrir la fin du bâti avec une rondelle Ø 25.4 mm x Ø 3 / 203 mm (n°38) et une butée en caoutchouc Ø 11/203 mm x 1 1/203 mm (n°20).

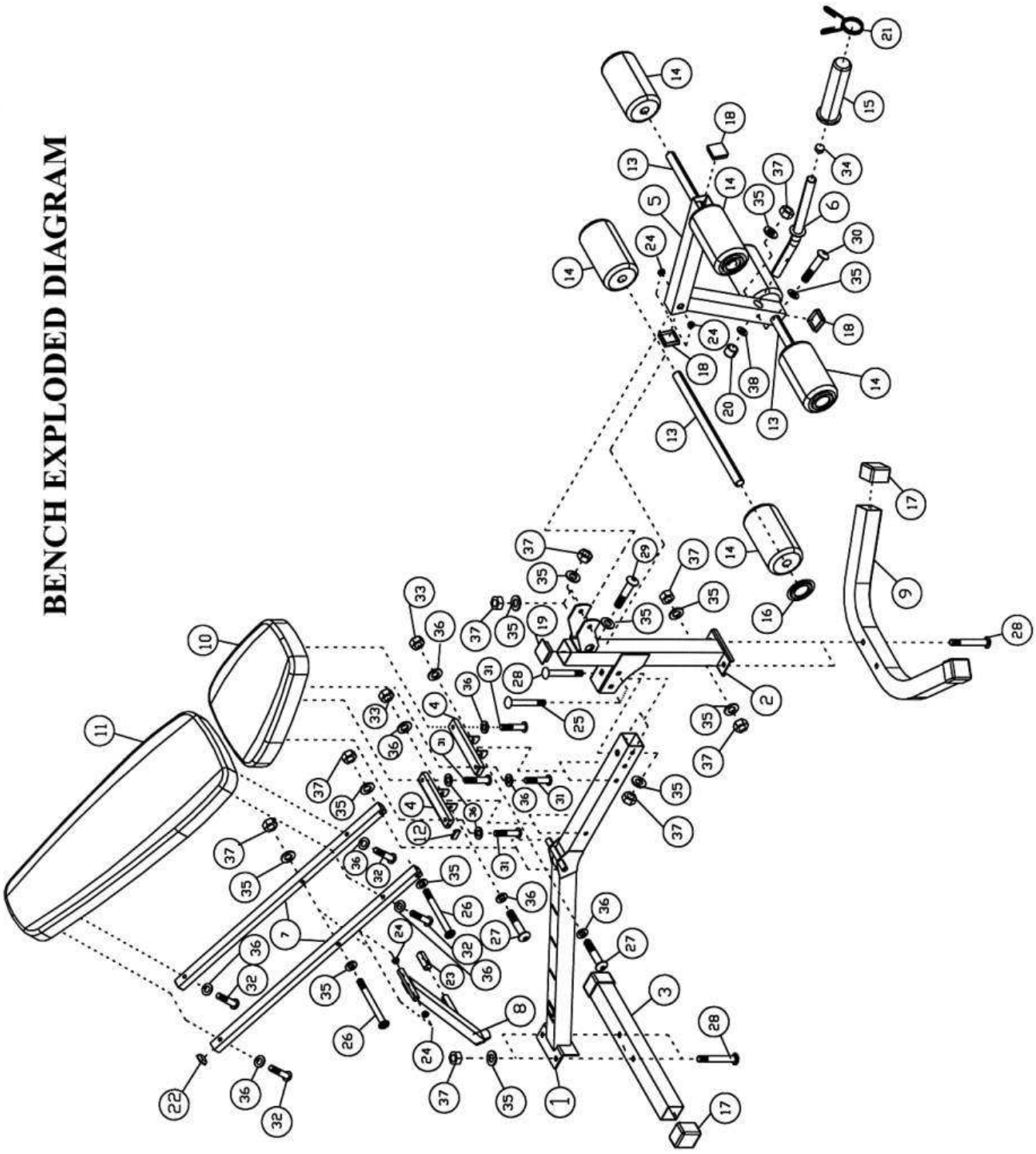
C.) Insérez trois tubes en mousse (n°13) à mi-chemin à travers les trous sur le bâti avant et le leg developer. Insérez six rouleaux en mousse (n°14) dans les tubes des deux extrémités. Insérez six embouts pour rouleau en mousse (n°16) dans les extrémités.

D.) Fixez un manchon olympique (n°15) sur la tige de poids du leg developer. Fixez un collier-ressort (n°21) au manchon olympique.

SCHÉMA 4



BENCH EXPLODED DIAGRAM



LISTE DES PIÈCES DU BANC MULTI-FONCTIONS

N°	DESCRIPTION	Qté
1	Bâti principal	1
2	Bâti avant	1
3	Bâti-stabilisateur arrière	1
4	Support siège	2
5	Leg Developer	1
6	Tige de poids du leg developer	1
7	Bâti de dossier	2
8	Bâti incliné	1
9	Bâti-stabilisateur avant	1
10	Coussin d’assise	1
11	Dossier	1
12	Embout 5/203 mm x 1 1/203 mm	4
13	Tube en mousse	3
14	Rouleau en mousse	6
15	Manchon olympique	1
16	Embout pour rouleau en mousse	6
17	Butée carrée 50.8 mm	4
18	Butée carrée 1 19.1 mm	3
19	Embout plat 50.8 mm	1
20	Butée en caoutchouc Ø 1 1/203 mm x 1 1/203 mm	1
21	Collier-ressort	1
22	Butée carrée 25.4 mm	2
23	Poignée de soutien inclinée	1
24	Bague Ø 19.1 mm	4
25	Boulon à tête ronde M10 x 2 19.1 mm	2
26	Boulon Allen M10 x 6 7/203 mm	2
27	Boulon Allen M8 x 2 19.1 mm	2
28	Boulon à tête ronde M10 x 2 12.7 mm	5
29	Boulon Allen M10 x 76.2 mm	1
30	Boulon Allen M10 x 2 3/203 mm	1
31	Boulon Allen M8 x 1 1/203 mm	4
32	Boulon Allen M8 x 1 5/203 mm	4
33	Ecrou hexagonal M8	2
34	Embout Ø 25.4 mm	1
35	Rondelle Ø 19.1 mm	15
36	Rondelle Ø 5/203 mm	12
37	Ecrous hexagonaux M10	11
38	Rondelle Ø 25.4 mm x Ø 3/203 mm	1
	6 clé Allen (outil)	1
	5 clé Allen (outil)	1

PIRANHA- TABLE DE RÉSISTANCE DE POIDS

Poste	Ratio	Exemple
Poulie inférieure	100%	une plaque de poids de 4,5 kg créée une résistance de 4,5kg
Butterfly (les deux repose-bras)	50%	une plaque de poids de 4,5 kg créée une résistance de 2,3kg.
Transversal gauche	50%	une plaque de poids de 4,5 kg créée une résistance.de 2,3kg
Transversal droit	50%	une plaque de poids de 4,5 kg créée une résistance de 2,3kg

***Les chiffres sont approximatifs La résistance réelle peut varier.**

GARANTIE / COMMANDE DE PIECES DETACHEES

Pour toute question technique, ou si vous avez besoin de pièces détachées, merci de contacter notre service après-vente :

SAV MOOVYOO
Netquattro / FitnessBoutique
ZI centr'alp
1450 rue Aristide Bergès
38430 Moirans
Tél : 04 76 50 69 71
e-mail : savnetquattro@netquattro.com